

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA
FÍSICA Y EL DEPORTE.**

**FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”**

**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER
EN ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD.**

Título: Plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años, de las Circunscripciones 158 y 60, pertenecientes al Plan Turquino, Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

Autor: Lic. Pedro Jorge Díaz Cruz

Tutor: MSc. Rolando Díaz Cruz

Pinar del Río, 2011.
“Año 53 de la Revolución”.

Resumen

Esta investigación científica tiene como propósito elevar el nivel y calidad de vida de la población infantil y ocupar el tiempo libre de sus moradores; interiorizando en sus gustos, preferencias, necesidades e intereses, asimilando los objetivos, y prioridades que le brinda el estado cubano a los habitantes de estas serranías. Con la misma se pretende evaluar sus inquietudes y sus satisfacciones sociales, a la par del desarrollo alcanzado por nuestro país en la construcción y consolidación del régimen socialista de participación y bienestar de todo el pueblo cubano. En el contexto de este trabajo se ha abordado los elementos que llevan implícito una investigación como son: el problema científico, el objeto de estudio, campo de investigación, objeto de la investigación, las preguntas y tareas científicas, definiciones de términos, variables participantes relacionadas con nuestra investigación, los métodos y procedimientos a emplear, las condiciones de vida, los aspectos fisiológicos y psicológicos del grupo poblacional, el desarrollo económico y social enmarcado en dicho territorio, además, de las diversas transformaciones acaecidas en el período de tiempo en el que se pretende hacer una evaluación de la comunidad y sus proyecciones futuras. Este trabajo está encaminado a elaborar la propuesta de un conjunto de actividades físico-recreativas, destinadas a los niños en las edades comprendidas entre 8 y 10 años, pertenecientes a las circunscripciones 158 y 60, del Plan Turquino, del Consejo Popular de Entronque de Herradura, del municipio de Consolación del Sur, provincia de Pinar del Río.

Palabras claves: niños, tiempo libre, actividades físico- recreativas.

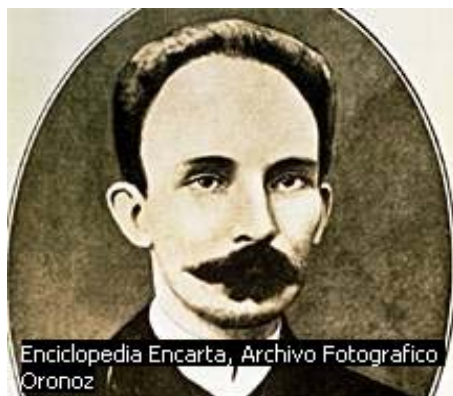
ÍNDICE	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1. CONSIDERACIONES TEÓRICAS ACERCA DEL PROCESO DE RECREACIÓN EN CUBA Y SU INCIDENCIA EN LOS NIÑOS	9
1.1- La recreación como fenómeno sociocultural	9
1.2- Conceptualización, misión y visión de la recreación física en Cuba	10
1.3- Antecedentes históricos de la ocupación del tiempo libre en Cuba	13
1.4- Antecedentes sobre los proyectos comunitarios en Cuba	16
1.5- Limitaciones que pueden surgir durante el desarrollo de un proyecto.	16
1.6 - Etapas de la programación recreativa deportiva.	18
1.7- Presupuesto de Tiempo y Tiempo Libre.	24
1.8- Características del consejo popular Entronque de Herradura y antecedentes históricos de las Circunscripciones 158 y 60.	25
1.9- Caracterización psicológica de la Etapa escolar desde 6 hasta 11 años.	27
CAPITULO 2- CARACTERIZACIÓN DEL ESTADO ACTUAL DE LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE DE LOS NIÑOS.	32
2.1- Caracterización del centro deportivo Entronque de Herradura	32
2.2- Caracterización de la circunscripción # 158	33
2-3- Caracterización de la circunscripción # 60	33
2.4- Análisis de los resultados de los instrumentos aplicados	34
2.5. Propuesta de solución del cronograma de actividades.	39
2.6. Sistematización de los resultados obtenidos con la aplicación de los instrumentos de investigación.	39
CAPÍTULO 3- FUNDAMENTACIÓN DEL PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS.	41
3.1- Fundamentación y presentación de la propuesta.	41
3.2- Componentes Plan de Actividades Físico-Recreativas.	42
3.3 - Estructura del plan de actividades físico-recreativas. "Mi alegre montaña".	46
3.4- Consulta crítica a especialistas.	52
3.5- Valoración de los resultados luego de la implementación de la propuesta: criterios sobre el plan de actividades físico- recreativas.	52
Conclusiones	56
Recomendaciones	57
Bibliografía	
Anexos	

Pensamientos



Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad, en el pueblo, en el barrio, un lugar apropiado para desarrollar sus condiciones físicas y dedicarse por entero a la práctica del deporte de su preferencia, habremos visto satisfecho el deseo de todos los que hemos luchado por esta revolución”.

Dr: Fidel Castro Ruz. 14/04/1959



La gratitud, como ciertas flores, no se da en la altura y mejor reverdece en la tierra buena de los humildes.

José Julian Martí Pérez.

Dedicatoria

Dedicamos esta investigación a todos los que de forma anónima, aún a costa de sus propias vidas, promueven la formación de una generación más justa, humana y capaz.

Agradecimientos

1- A mis padres y familiares, quienes me educaron para que fuera honesto y justo.

2-.A mis hijos y esposa.

3- A mi tutor, que me guío en el camino de la investigación.

4- A mi gran amigo José Antonio Colls Pino, por su gran ayuda.

5- A todos aquellos que permitieron mi formación docente.

Introducción

Con el triunfo de la Revolución cubana el pueblo dispuso de la oferta de planes recreativos que promovieron elevar la calidad de vida, no quedando excluidos los niños de 0 a 10 años, incluidos los pertenecientes a las regiones montañosas. Para ejecutar estas ofertas por los trabajadores deportivos y recreativos surge el plan Turquino a nivel nacional.

El municipio ejecuta este trabajo en todos los centros deportivos que poseen territorios que se incluyen en dicho plan. Para conocer cómo se comporta el trabajo recreativo en esta comunidad, se tomó como referencia el centro deportivo “Entronque de Herradura” que atiende el consejo popular Entronque de Herradura, y de él, las dos circunscripciones pertenecientes al plan Turquino: Circunscripciones 158 y 60. Al revisar su carpeta metodológica se detectaron dificultades en la aplicación del plan deportivo-recreativo en esta comunidad, por lo cual el equipo de investigación se dirigió a su Presidente para conocer los componentes estructurales que estarían presentes en dicho proceso deportivo- recreativo, a los delegados, médicos, trabajadores, presidentes de los cuatro (4) CDR que se localizan en la comunidad, de donde se obtuvo la siguiente información:

Ubicación geográfica de la comunidad rural montañosa en que se ubican:

Las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino, poseen una extensión territorial promedio de 4½ Km. de longitud. Limitan al norte con el municipio la Palma, al sur con el propio consejo popular de Entronque de Herradura, al este con la comunidad de Arroyo de Agua y al oeste con el municipio Los Palacios.

Sus habitantes manifiestan y muestran cierta inconformidad con la oferta de actividades físico- recreativas aplicadas para ocupar el tiempo libre, incluyendo los niños de la comunidad; se detectan que no ocurren manifestaciones delictivas ni antisociales. En su estructura política cuenta con dos delegados, uno por cada circunscripción, que representan a la comunidad, así como de las diferentes organizaciones de masas.

La población es de 282 habitantes, distribuidos en 52 viviendas, registradas en una zona de CDR, estructurada por cuatro CDR, con 167 miembros, pertenecientes a las circunscripciones 158 y 60.

Para desarrollar la investigación aplicamos un censo de población que dio como resultado la presencia de 51 niños, seleccionando una muestra de 17, que representan el 33,1% de la población total de la comunidad rural.

En estudios realizados al programa de recreación del centro deportivo de las circunscripciones objeto de este estudio y en 6 observaciones realizadas, se constató que existen instalaciones rústicas en las escuelas de las circunscripciones 158 y 60 que facilitan el desarrollo de dichas actividades, los niños en las edades de 8 a 10 años manifiestan que las ofertas físico-recreativas son muy escasas, pues no cuentan con el terreno apropiado, para desarrollarlas. Además, se obtuvo que el presupuesto de tiempo libre disponible es de 3.29 horas, equivalentes al 13.7 % de 24 horas.

Estas informaciones arrojaron las siguiente **Situación problemática:**

- ❖ Deficiente oferta de actividades físicas recreativas.
- ❖ No se dispone de una guía recreativa actual para orientar esta labor.
- ❖ Pobre participación de los niños en las actividades recreativas porque no satisfacen los verdaderos gustos, preferencias, necesidades e intereses.
- ❖ Escasa existencia de materiales para la práctica de las diferentes actividades.

Al analizar los resultados de la encuesta a los niños de la comunidad, se infiere que las actividades recreativas no satisfacen sus verdaderos gustos y preferencias.

Por lo que se presenta una contradicción en la realidad de la Circunscripciones 158 y 60 con relación a la recreación, demostrando que a pesar que las ofertas físico-recreativas son pocas para llenar su tiempo libre, estas no satisfacen los verdaderos gustos, preferencias, necesidades e intereses de los niños de las edades de 8 a 10 años de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino, consejo popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur. Los criterios de los miembros de la comunidad y

las posibilidades que ofrece una pedagogía creativa permiten al autor de la investigación formular el siguiente **Problema Científico**:

¿Cómo mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años de las circunscripciones 158 y 60, perteneciente al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque Herradura, del municipio Consolación del Sur?

Constituyendo el **Objeto de la investigación**: El proceso de recreación en la comunidad y como **Campo de acción**: La ocupación del tiempo libre, en los niños en las edades de 8 a 10 años.

Planteando como **Objetivo**: Proponer un plan de actividades físico-recreativas en función de mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60, perteneciente al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

El proceso investigativo se sustenta en el planteamiento de las siguientes **Preguntas Científicas**:

1-¿Cuáles son los referentes teóricos que sustentan la ocupación del tiempo libre en el proceso de recreación comunitaria en Cuba?

2-¿Cuál es el estado de la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur?

3-¿Qué actividades físico-recreativas elaborar para la ocupación del tiempo libre de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, del municipio Consolación del Sur?

4-¿Qué utilidad tendrá el plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años, en el proceso recreativo pertenecientes al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur?

Para el desarrollo del trabajo se han planteado como **tareas Investigativas** las siguientes:

1- Sistematización de los referentes teóricos que sustentan la ocupación tiempo libre en el proceso de recreación comunitaria en Cuba.

2- Constatación del estado actual de la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

3-Elaboración de un plan de actividades físico-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños, en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

4-Valoración de la utilidad del plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre en niños de 8 a 10 años de las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, del municipio Consolación del Sur.

Para el desarrollo del trabajo se utilizaron distintos métodos y técnicas de investigación, dentro de los que se encuentran los relacionados con la estadística. Este estudio se sustenta en el método general de la ciencia, bajo el enfoque histórico-dialéctico-materialista, lo cual permitió revelar las relaciones causales y funcionales que interactúan en el objeto de estudio.

Dentro de los **métodos teóricos** se encuentran:

Histórico y lógico: Se pudo conocer acerca de la evolución y desarrollo del tema de la recreación. Permitted analizar los elementos de semejanzas con estudios similares sobre la ocupación del tiempo libre y los programas de recreación existentes en Cuba, de incidencias positivas en la conformación del plan de actividades recreativas.

Análisis-Síntesis: Se utilizó en la determinación de las actividades físicas-recreativas para la ocupación del tiempo libre de los niños, en las edades de 8 a 10 años, así como establecer la forma en que serán ofertadas las mismas según sus gustos y preferencias.

Inductivo-Deductivo: Fue utilizado para elaborar el objetivo en función de seleccionar el Plan de actividades físicas- recreativas que permita ocupar el tiempo libre de los niños, en las edades de 8-10, años motivo de esta investigación.

En el orden **empírico** se utilizaron:

Observación: Se observaron 6 actividades recreativas ofertadas y organizadas por los diferentes factores implicados en la comunidad motivo de estudio, con el objetivo de constatar una serie de aspectos relacionados con la planificación y realización de las mismas, las cuales se desarrollaron en los meses comprendidos de marzo de 2010- mayo de 2010 en las circunscripciones 158 y 60 pertenecientes al plan Turquino, consejo popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

Encuesta: Se utilizó con el objetivo de conocer sus gustos y preferencias en oferta, demanda, variedad y participación físico-recreativas de los niños, en edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60, pertenecientes al Plan Turquino.

Entrevista a informantes claves:(CDR, FMC, ACRC, Presidente del Consejo Popular, trabajador social y líderes de la comunidad) con el objetivo de conocer sus opiniones relacionadas con la organización y realización de las actividades recreativas en el lugar.

Valoración crítica a especialistas: Mediante la misma pudimos obtener información, criterios, valoraciones del plan de actividades físicas-recreativas planificadas y su aceptación social.

Métodos de intervención comunitaria: Permitieron conocer toda la información necesaria sobre el problema existente en la comunidad, así como valorar la efectividad del plan de actividades físico- recreativas en los niños en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60, pertenecientes al Plan Turquino, atendiendo a sus necesidades, gustos y preferencias de los niños.

Técnicas de intervención comunitaria:

Foro comunitario: De manera conjunta se expresaron las principales dificultades existentes en la comunidad en el desarrollo de las actividades recreativas aplicadas para ocupar el tiempo libre.

Estudio del presupuesto de tiempo libre: Aplicado a la muestra de los niños para conocer la distribución de su presupuesto de tiempo, así como la cantidad de tiempo libre disponible y su utilización actual.

Observación psicológica encubierta: Se preparó una guía para constatar el grado de motivación que presentan los niños de la muestra seleccionada por las actividades físico- recreativas la que se aplicó durante los meses de marzo- mayo 2010.

Método de intervención grupal: Permite a los grupos reflexionar sobre su quehacer, facilitando la interrelación grupal, sensibiliza a los participantes, permitiendo una mejor relación con las actividades físico-recreativas, tomando conciencia de lo que significa estar con otros.

Para el procesamiento de la información se empleó el **método estadístico**, en lo referente a la estadística descriptiva e inferencial; en la estadística descriptiva se utilizó como técnica la medida de posición o tendencia central determinado con ella, la media, la moda y la mediana, otra de las técnicas utilizada fue las medidas de posición relativa con cálculos de percentiles o porcentajes. La estadística inferencial fue fundamental para comprobar la validez de la propuesta para ello se empleó la prueba de d-valor de diferencias de proporciones, para la cual se tuvo en cuenta los resultados obtenidos en cada control.

Unidad de análisis: Niños en las edades de 8 a 10 años.

Para este estudio se utilizó como **población** un total de 51 niños, de ellos, 29 del sexo femenino y 22 del sexo masculino, de las circunscripciones 158 y 60 y como **muestra** fueron seleccionados 17, de ellos, 10 femeninos y 7 masculinos, representando el 33,1 %.

Tipo de muestreo: intencional

Criterio de selección: 3-1

Aportes de la investigación.

La actualidad e interés de la investigación está encaminada a resolver una situación social, con carácter muy especial, ya que las actividades físico-recreativas son fundamentales en esta etapa de la niñez, pues están expuestos a gustos y preferencias que no pueden ser decididos sin una correcta elección.

La **novedad científica**: radica en que por primera vez se fundamenta teóricamente y se pone en práctica un plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños, en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60.

El **Aporte práctico** de la investigación radica en que el plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños, en las edades de 8 a 10 años, de las circunscripciones 158 y 60 perteneciente al Plan Turquino del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur, que puede servir de guía, incluyendo posibilidades de ejecución en horarios del día y la noche, sin el empleo de muchos recursos, a los promotores deportivos y recreativos y administrativos de los centros deportivos en función de elevar la calidad de vida de los niños.

La actualidad e interés de la investigación se enmarca en el propósito de resolver una situación social con carácter muy especial perteneciente al Plan Montaña, ya que el niño está expuesto a múltiples influencias que pueden incidir en sus gustos, preferencias y necesidades. Su correcta elección dependerá, en gran medida, de la orientación y oferta de actividades que la sociedad sea capaz de implementar, la cual debe ser planificada a partir de diferentes estudios, contribuyendo a elevar los conocimientos sobre el deporte, la actividad física y la recreación, con el objetivo de mejorar la ocupación del tiempo libre y mejorar la calidad de vida en la comunidad.

La tesis se ha estructurado en introducción, tres capítulos, conclusiones y recomendaciones, además, se incluyen la bibliografía y los anexos.

CAPÍTULO I. CONSIDERACIONES TEÓRICAS ACERCA DEL PROCESO DE RECREACIÓN EN CUBA Y SU INCIDENCIA EN LOS NIÑOS.

En este capítulo se abordan los elementos teóricos acerca de la recreación en Cuba, el estudio de las características del Consejo Popular Entronque de Herradura y antecedentes históricos de las circunscripciones 158 y 60 , el desarrollo del proceso de ocupación del tiempo libre y su incidencia en los niños de las edades de 8 a 10 años, las características psicológicas ,según criterios de especialistas como: Bender , Petrovish, Rubinstein y un colectivo de psicólogos cubanos ejemplo, Zoe, Bello, etc. Además del estudio de los programas recreativos aplicados en las comunidades, y el estudio de los cambios que provoca la actividad física-recreativa de quienes la reciben.

1.1 La recreación como fenómeno sociocultural

El trabajo de la Recreación Física se encamina a objetivos superiores a partir de la voluntad política de la Dirección de la Revolución para brindar adecuadas alternativas a la ocupación provechosa del tiempo libre de la población, contribuyendo a la elevación de su calidad de vida dentro de los programas dirigidos al desarrollo de una cultura general integral, como parte de la Batalla de Ideas.

Cinco ideas básicas

1. La Recreación Física es electiva y participativa, lo cual significa que se sustenta en propuestas o alternativas para el ejercicio de la libertad de elección por parte de los participantes, y nunca mediante acciones impuestas u obligatorias, promoviendo la amplia intervención de todos, con independencia de edades, sexos, condiciones físicas, etc., por lo que es ajena a cualquier resultado selectivo o eliminatorio en sus actividades.
2. La Recreación Física se propone la estimulación de una adecuada actitud recreativa, como efecto renovador, físico y mental en las personas a partir de experiencias vivenciales positivas y enriquecedoras de la personalidad, y en ningún caso el simple entretenimiento, basado en la evasión y la superficialidad.
3. La Recreación Física tiene como soporte temporal el tiempo, considerando como tal, aquel momento en que las personas disponen de todas sus posibilidades para dedicarse a placenteras actividades auto condicionados,

como complemento de las obligaciones y tareas que deben desempeñar en la sociedad.

4. La Recreación Física tiene como soporte material el medio ambiente donde se desenvuelve el colectivo humano, caracterizado por su comunidad, urbana o rural, apoyándose además en el conjunto de instituciones comunitarias, dentro de las cuales la escuela ocupa un lugar fundamental como gestora por excelencia de procesos educativos y formativos.

5. La Recreación Física tiene marcados objetivos ideológicos, como expresión de principios y valores humanos, de fortalecimiento de los sentimientos de pertenencia y de identidad nacional, puestos de manifiesto mediante juegos tradicionales y otras acciones que la inserten en la batalla que hoy libramos frente a la penetración ideológica extranjerizante, y la proliferación de vicios y otras acciones deformadoras de la conducta, principalmente entre la población adolescente y juvenil.

El objeto de la Recreación Física es, indudablemente, los gustos y preferencias recreativas de la población en su diversidad de grupos de edades, de géneros, ocupacionales, etc., de modo que no es posible concebir y desarrollar un buen proyecto recreativo si no se ha tenido en cuenta, como primer paso un efectivo trabajo de levantamiento, o búsqueda de información en el terreno, y un cuidadoso diagnóstico en función de los objetivos planteados.

1.2 Conceptualización, misión y visión de la recreación física en Cuba

El programa de recreación física, responde a la misión (quiénes somos, para qué existimos) de la Dirección Nacional de Recreación (DNR) del Instituto Nacional de Deporte Educación Física y Recreación (INDER), que se expresa del siguiente modo:

“Rectorar, en todo el territorio nacional, las políticas de ocupación del tiempo libre a través de disciplinas físico-recreativas basadas en actividades lúdicas - recreativa, en deporte recreativo y en el espectáculo deportivo para satisfacer los gustos, preferencias y necesidades de la población mediante su acción electiva y participativa”.

Por su parte, el objetivo estratégico del Programa de Recreación Física expresa, para cada año escolar, la visión (hacia dónde vamos; cuál es nuestra meta a largo plazo) con qué se proyectan las acciones que rectoren la DNR, a partir de los resultados alcanzados en la etapa precedente, para el

cumplimiento creciente de su misión. Aún cuando su formulación puede ser modificada de una edición a otra del Programa, o entre la versión nacional y las de los territorios (provincias y municipios).

El Programa Nacional expresa su **visión** del siguiente modo:

"Contribuir a la calidad de vida de la población cubana en su diversidad de grupos etéreos, de género y ocupacionales ,brindando opciones recreativas adecuadas con que llenan el tiempo libre de forma sana formativa, como parte de la misión esencial de la Cultura Física en sus diversos componentes (Educación Física, Deporte y Recreación Física para la prevención de hábitos y conductas que atenten contra la sociedad, como parte de la batalla de ideas y en correspondencia con el pensamiento del Comandante en Jefe".

El autor teniendo en cuenta la conceptualización y definición de principios como recursos indispensables para interpretar y asumir conscientemente cualquier herramienta metodológica y a partir de las premisas planteadas en la misión y la visión del Programa de Recreación Física en nuestro país, abordará resumidamente y de modo sistémico- este campo del conocimiento, con el fin de actualizar y enriquecer la formación de base de nuestros especialistas.

La palabra Recreación es escuchada hoy en cualquier parte, la amplia variedad de su contenido permite que cada quien la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces encontramos que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

Muchas veces la palabra recreación en su contenido se confunde con la de juegos, sin embargo, la primera es más amplia que la segunda, aunque desde el punto de vista de sus fundamentos, la recreación para los adultos es equivalente al juego de los niños.

No obstante, el autor considera importante retomar algunos criterios conceptuales estudiados en la obra Recreación Fundamentos Teórico Metodológicos. Aldo Pérez Sánchez (2003), donde parte del hecho que si queremos revelar la naturaleza y el contenido de la actividad de la persona durante el descanso es precisamente el concepto "Recreación" el que refleja mejor y con mayor plenitud el contenido de esta clase de actividad vital

selectiva de la gente durante el tiempo libre. Considerada desde el punto de vista técnico - operativo la Recreación es la disciplina cuyo propósito es utilizar las horas de descanso (tiempo libre), en el cual puede el hombre aumentar su valor como ser humano y como miembro de la comunidad, ocupando este tiempo con actividades creadoras y motivándolo para que se enriquezca en los dominios profesional, artístico - cultural, deportivo y social.

A continuación presentamos varios enfoques conceptuales de recreación, ya que esta ha adoptado connotaciones de índole práctica y ejecutiva que la separa del concepto de tiempo libre.

Para (Dumazedier, J, 1964: 4) destacado sociólogo francés, Recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar, para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado, de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales".

Según (Moreira. R, 1977:10) "La Recreación es un fenómeno social, ya que solo tiene existencia en la comunidad humana, es realizada por los hombres que viven en la sociedad, y que además se rigen por las leyes del desarrollo social que ha esclarecido el materialismo histórico"...y es un fenómeno cultural, ya que esta característica deviene del hecho de que el contenido de la recreación está representado por formas culturales".

Según (Programa Nacional de Recreación física, 2003:2) "Es proceso de renovación consciente de las capacidades físicas, intelectuales y volitivas del individuo, mediante acciones participativas ejercidas con plena libertad de elección, y que en consecuencia contribuyen al desarrollo humano. No se impone o administra la recreación de las personas, pues son ellas quienes han de decidir cómo desean recrearse".

Resumiendo este aspecto el autor considera que recreación partiendo de su tiempo libre disponible tiene como objetivo incrementar las opciones y servicios en el abanico social de un territorio, con actividades recreativas destinadas a la sana ocupación del tiempo libre de la población, a la vez que propicia el desarrollo de diferentes valores tales como la perseverancia, el colectivismo, la solidaridad y la laboriosidad. Surgiendo la salud mental y física de cada persona, ya que por un lado la realización de adecuadas actividades recreativas - físicas fortalecen la salud, la calidad de vida, lo prepara para el

pleno disfrute de la vida, y mejor aprovechamiento del tiempo libre en las diversas esferas de la Recreación que permite a quién la identifique de un modo diferente, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses que en el mundo moderno pueden constituir formas de recreación. La práctica sistemática de actividades recreativas ayuda al equilibrio biológico, psicológico y social que demanda el niño para poderse desenvolverse en la vida. Relacionado con esto, M. Wroczynsky, citado por Petrovsky A.V (1980), plantea: "La educación fuera de la escuela constituye una institución educativa intermedia entre la escuela y la casa". Por todos sus valores educativos, las actividades recreativas tienen que ser consideradas como medio de trabajo fundamental en el tiempo libre, ya que especialmente en lo que concierne al trabajo con los niños, adolescentes y jóvenes su correcta utilización con lleva a una incidencia en la formación y desarrollo de los hábitos motores. Según la declaración universal de los derechos humanos (Art.24 del 10 de diciembre de 1948) "Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas".

Teniendo en cuenta la recreación que se lleva a cabo el tiempo libre, a través de las diferentes actividades recreativas para el desarrollo de nuestros niños, aun quedan algunas insuficiencias para llevarlas a cabo, por lo que el proyecto de intervención comunitaria para la ocupación del tiempo libre se apoyará en las particularidades propias y necesidades de las personas que integran cada comunidad.

1.3. Consideraciones y antecedentes históricos de la ocupación del tiempo libre en Cuba.

Dentro de la recreación se encuentra el tiempo libre, su concepto ha sido durante un buen tiempo objeto de numerosas discusiones y debates entre economistas, sociólogos y psicólogos. Su definición plantea numerosas interrogantes que hoy en día no están totalmente solucionadas por lo que estudiaremos algunas definiciones que consideramos objetivas, partiendo de lo expresado por (Marx, Carlos 1866) desde el siglo pasado, de manera certera sobre las funciones del tiempo libre al enunciar: "El tiempo libre presenta en sí mismo, tanto el ocio como el tiempo para una actividad más elevada,

transformando naturalmente a quien lo posee en otro individuo de mayor calidad, con la cual regresa después en el proceso directo de producción”

Una definición interesante de tiempo libre nos lo brinda el destacado sociólogo ruso (Butler, G., 1963: 22) afirma: “Por tiempo libre se entiende, aquella parte del tiempo que no se trabaja y que quedan después de descontadas todas las inversiones del tiempo utilitario (actividades domesticas, fisiológicas, de transporte, etc.), es decir, el tiempo libre después del cumplimiento de diversas obligaciones”.

Según (Pérez Sánchez, Aldo .1997: 21) “tiempo libre es aquella parte del tiempo de reproducción en la cual el grado de obligatoriedad de las actividades no son de necesidad y en virtud de tener satisfecha las necesidades vitales humanas en un nivel básico se puede optar por cualquiera de ellas”.

Los destacados sociólogos cubanos (Zamora, R. y M. García.1988: 22) definen teóricamente el tiempo libre como:

"Aquel tiempo que la sociedad posee estrictamente para sí, una vez que con su trabajo (de acuerdo a la función o posición de cada uno de sus miembros) ha aportado a la colectividad, lo que esta necesita para su reproducción material y espiritual siendo, a su vez, premisa para una reproducción material y espiritual superior. Desde el punto de vista del individuo se traduce en un tiempo de realización de actividades de opción no obligatorio, donde interviene, su propia voluntad, influida por el desarrollo espiritual de cada personalidad condicionadas”.

La formación para el tiempo libre es la formación para la complejidad de la vida contemporánea y el despertar de los rasgos sociales en los niños, jóvenes y adultos, como tal, es función de toda la sociedad y no de algunos de sus componentes, aunque en ella confluye cinco factores esenciales: la escuela, la familia, los medios de difusión, las organizaciones sociales y políticas y la oferta estatal para el tiempo libre.

Con el triunfo de la Revolución en 1959, se convierte la practica del deporte, la cultura física y la recreación en derecho del pueblo, desaparece el profesionalismo, a pesar de la oposición de los gobiernos de los Estados Unidos, que impusieron el bloqueo político y económico sobre el gobierno revolucionario cubano. Fue necesario buscar otras alternativas surgidas en los

países socialistas de Europa principalmente La URSS, se elevó el nivel de vida en Cuba en todos los planos de la economía y superó notablemente las alternativas nos hicimos de estos mercados dependientes absolutos, al no crear nuestro propio mercado, apareciendo posteriormente una grave situación al producirse el derrumbe del campo socialista. Los países socialistas que sobrevivieron tuvieron que modificar sus formas de vida, no quedando excluido nuestro país. El nivel de ocupación del tiempo libre de la población cubana ha variado, producto de las limitaciones económicas. Se establecieron normas de subsistencia, decretándose en Cuba la aplicación de un periodo económico y social denominado especial para recuperar con nuestros propios esfuerzo los logros anteriormente alcanzado gracias al apoyo del (CAME) Organización Internacional de Colaboración, creada por los países socialistas se aumentó gradualmente el tiempo de trabajo y estudio para buscar soluciones a las limitaciones sociales, políticas y económicas. Disminuyendo considerablemente el tiempo libre de la población cubana; provocando, una disminución significativa de las ofertas, ofrecidas de carácter recreativo deportivo y .cultural A pesar del descomunal esfuerzo realizado por nuestro gobierno revolucionario por mantener estos logros y por rescatar esta situación antes obtenida, se dirige más directamente el trabajo a las comunidades, ejecutándose las actividades durante todo el año. Los fines de semanas, se crea la jornada de verano para brindarle a la población actividades recreativas dentro de la misma comunidad; utilizándose las más diversas ofertas que no con lleven a un gasto económico al país. Teniendo en cuenta las limitaciones de implementos deportivos recreativos y transporte que sufre nuestro país, se crean las industrias deportivas, recreativas locales en cada municipio para subsanar estas dificultades con la construcción de medios rústicos creados en muchos casos por los propios trabajadores del INDER. Se establecen los foros científicos donde se dan solución y promoción a las soluciones surgidas que se generalizan de ser posible en todo el país. Después de establecerse una recuperación política, económica del sistema Socialista a partir del año 1999 - 2000 al establecer convenios entre los integrantes de este campo se logro la solidificación de las economías de diferentes países ejemplo China, Corea del Norte y Vietnam, así como la aparición de diferentes países democráticos surgidos en América del Sur, Venezuela, Bolivia, Ecuador, Chile, Nicaragua y

Cuba, quienes con la creación del ALBA y el apoyo solidario cubano con sus misiones internacionalistas han llegado a estas comunidades humildes para lograr una ocupación sana del tiempo libre de estos países hermanos, ejemplo: **la aplicación de los programas comunitarios Barrio Adentro, “Yo sí Puedo”** Conjuntamente la salud, el deporte y la recreación, unidos con la educación, logrando un proceso de desarrollo mundial siguiendo la línea educacional de Cuba, lo que eleva considerablemente el nivel de vida de la población pobre principalmente de estos países, no quedando excluidos los niños, nuestro país oferta diferentes planes de trabajo comunitarios dirigidos a la ocupación del tiempo libre sin excluir edades.

1.4. Antecedentes sobre los proyectos comunitarios en Cuba:

Objetivo; Promover conocimientos en los investigadores sobre el desarrollo histórico de la aplicación de los proyectos comunitarios en Cuba para ocupar de forma sana el tiempo libre.

a-Dificultades del desarrollo de un proyecto:

- 1-Selección de áreas para desarrollar las actividades.
- 2-Selección de los medios deportivos y recreativos para desarrollar las actividades.
- 3-Lograr el apoyo de las organizaciones de masas de los CDR, direcciones de los mismos, UJC, PCC, OPJM, INDER **Circunscripciones y Consejos Populares.**
- 4-Selección de los horarios para ejecutar las actividades, preferiblemente los fines de semanas.
- 5-Selección del personal que realizará la actividad.
- 6-Selección de las premiaciones a los más destacados en las actividades.
- 7-Necesidad de medios de propaganda radial, de ser posible recibir el apoyo de la dirección municipal de Cultura y el INDER.

1.5. Limitaciones que pueden surgir durante el desarrollo de un proyecto:

Objetivo; Promover conocimientos en los investigadores sobre las limitaciones que pueden surgir durante el desarrollo de un proyecto.

- a-Aceptación consciente de las actividades en los CDR en que se aplique el proyecto.
- b- Tiempo disponibles de los participantes.
- c-Estado de las instalaciones y medios deportivos y recreativos.

d- Estado del tiempo.

e- Dominio técnico del personal que desarrollará la actividad.

b-Todo proyecto debe estar fundamentado ejemplo:

¿Por qué se aplica?

Necesidad de prevenir la posibilidad de cambios negativos en la personalidad de los niños en las edades de **8 a 10 años** pertenecientes- al Plan Turquino

¿A quién va dirigido?

Niños en las edades de **8 a 10 años**.

¿Qué va a resolver?

Ocupación del tiempo libre previendo actividades ilícitas y conductas negativas, mejorar el nivel de salud, de los niños en las edades de 8 a 10 años.

1-Objetivos generales de un proyecto:

a-Llevar las actividades a la población de niños en las edades de 8 a 10 años de la comunidad.

b-Promover el conocimiento del deporte y la recreación a través de la aplicación de juegos pre-deportivos y actividades recreativas controladas y organizadas por el combinado deportivo-Entronque de Herradura.

c-Lograr la participación y apoyo de la familia, escuela y comunidad en la realización y aceptación de las actividades recreativas y deportivas a aplicar en áreas deportivas de las escuelas circundantes.

2- Objetivos específicos de un proyecto:

a-Ocupar el tiempo libre de forma sana de los niños de ambos sexos en las edades de **8 a 10 años**.

b-Facilitar y promover el aumento de las matrículas en las áreas deportivas y recreativas.

c-Evitar la aparición de desviaciones en la personalidad de los niños, en caso de estar presentes, permitir la eliminación de las mismas.

d-Mejorar la recreación en la comunidad.

e-Facilitar el desarrollo físico y psicológico de los niños.

3- Objetivos sociales, Programación recreativa. Interés recreativo, oferta:

1-Realizar el estudio del presupuesto de tiempo, permite conocer la distribución temporal de las actividades cotidianas de la población.

2-Conocer los factores que determinan las preferencias recreativas y deportivas de quien recibe la oferta.

Aspectos a tener en cuenta para realizar una programación recreativa deportiva:

1- Oferta recreativa cultural como tal, tomando en consideración su calidad, efectividad.

2-Posibilidades de participación.

3-Hábitos de vida, consumo, intereses.

4-Forma de concebir sus ratos de esparcimiento.

El autor considera que el hombre establece una relación activa con el medio que lo rodea y recibe sus Influencias de forma individual, o sea, interpreta la realidad objetiva de forma subjetiva. A esto no escapa la percepción de la categoría **Tiempo libre**, de la cual forma el individuo la condición interna, subjetiva de su personalidad.

Funciones que debe cumplir un proyecto físico recreativo:

1-La de entretenimiento., 2-Diversión, 3-Reposición de fuerzas psíquicas y físicas.

4-Desarrollo de la personalidad.

El autor considera que las actividades físicas y recreativas ejecutadas en el tiempo libre se encuentran en una situación de competencia con las otras actividades que cubren las necesidades sociales, culturales, fisiológicas es importante crear proyectos físico recreativos con una sólida planificación que se inserten en los diferentes ámbitos sociales. Para lograr el bienestar del individuo al participar en dicho proyecto.

1.6. Etapas de la programación recreativa deportiva:

El principio fundamental de trabajo en el Consejo Comunitario de Circunscripción es partir de los intereses y necesidades de la comunidad, para ello es esencial contar con un diagnóstico, que permita detectar los principales problemas a solucionar, e identificar las potencialidades y limitaciones existentes en el barrio y definir los responsables de las acciones que se deben enfrentar para transformar la realidad objetiva.

1. Etapa de diagnóstico:

El diagnóstico: Es una forma de investigación en que se describen y explican los problemas, con el fin de comprenderlos está basado en el principio de comprender para resolver. Va de los fenómenos a la esencia, incluye hechos concretos en la realidad y paulatinamente se van relacionando con las

situaciones más generales y las estructuras de la sociedad. **Se apoya en la teoría:** Pues juegan un papel importante los conocimientos teóricos sobre la realidad.

Planificación de un modelo de programación incluye; diagnóstico, evaluación y control, objetivos y metas, diseño y aplicación, reprogramación.

1-La teoría: No es un dogma o una verdad inamovible. Siempre es necesario analizar y comprobar si **los aportes teóricos** son válidos o no para explicar la situación específica.

2-El diagnóstico es generalmente parcial y resulta una actividad permanente. Generalmente se realizan diagnósticos parciales; incorporándose otros elementos que al pasar del tiempo y la aplicación de los programas son de indispensable inclusión en el análisis.

2.1 La función del diagnóstico no es solamente la obtención de información descriptiva sino también la de precisar las causas específicas de los fenómenos y procesos sociales:

1-Parte como principio de la complejidad del enfoque y de los objetivos particulares de esta etapa de elaboración de la estrategia de acción del programa. En el tiempo libre, este principio puede concretarse en dos líneas básicas: los estudios de presupuesto de tiempo y el conocimiento de la estructura y el contenido del tiempo libre.

2- La complejidad de enfoque significa una metodología de investigación basada en el materialismo y la lógica dialéctica, que determina las regularidades y las tendencias en la dinámica actual del tiempo libre.

3- Al relacionarse la población con el trabajo estatal sucede la ruptura con los métodos puramente descriptivos y el enriquecimiento del arsenal metodológico y técnico utilizado en la investigación social.

Aspectos principales que se investigan en esta etapa:

a) Problema o situación concreta objeto de estudio: Nivel de desarrollo sociológico.

1-Características sociodemográficas (edad, sexo, nivel educacional, estado civil, etc.).

2-Características grupales y nivel de integración social.

b) Magnitud, estructura y contenido del **tiempo libre** por sectores, estratos y grupos sociales, de edades o cualquier otra variable que se entienda importante, fundamentalmente para la caracterización de los elementos.

c) Intereses y necesidades recreativas:

- 1-Las actividades que más interesan, motivaciones el porqué de esta situación.
- 2-Causas que impiden la satisfacción de las necesidades.
- 3-Otras actividades que les gustaría realizar y no realizan.

d) Infraestructura recreativa nos permite conocer:

- 1-Cantidad de instalaciones, estado de explotación y conservación.
- 2-Personal técnico y de servicio que se dispone
- 3-Recursos materiales de que se dispone.

e) Características del medio físico geográfico:

- 1-Aspectos significativos del clima, relieve, entre otros.
- 2-Grado de utilización del medio natural.
- 3- Interrelación medio ambiente – sociedad.

f) Oferta recreativa (Programas recreativos existentes:

Incluye aquellos elementos relacionados con la evaluación y estudio de las posibilidades de ejecución: Su relación y correspondencia con los objetivos sociales, intereses del individuo, estrato o grupo social, incluye el nivel de conocimiento que sobre ella tengan los usuarios así como, su nivel de participación en ellas estableciéndose la saturación de la demanda (aspecto Cuantitativo).

La oferta recreativa puede ser:

1-Oferta difusa o programada: Son las actividades propias de cada lugar que se realizan por hábitos, costumbres de formas individuales, sin que ninguna institución sea la responsable de su ejecución.

2-Oferta planificada o programada: Son las actividades que presentan, organización aseguramiento, o ejecución realizada por organizaciones especializadas de manera general .La tarea investigativa necesita disponer de diferentes métodos y técnicas de investigación, los que presentamos en el siguiente cuadro:

Técnicas instrumentos: Documentos:

- 1- **Sistematización bibliográfica:** Ficha de trabajo bibliográfico.
- 2- **Sistematización hemerográfica:** Ficha de trabajo hemerográfico.

3- Análisis de programa.: Ficha de programa.

Campo: El diagnóstico de la actividad recreativa en el tiempo libre. Se estudiarán las necesidades, motivaciones, gustos, así como otros factores de tipo psicosocial, como los hábitos y las tradiciones, valoración social y grupal de las actividades, la influencia de los grupos y de los líderes de opinión, etc.

La etapa de diagnóstico recoge los siguientes aspectos:

1-Población: **a-** Características, **b-**Necesidades, **c-** Intereses, **d-** Experiencias

2-Institución organizadora: **a-** Recursos con que cuenta, **b-** Recursos que hacen falta.

3-Diagnóstico Promotor Animador: **a-** Preparación, **b-** Experiencia, **c-**vocación.

4-Espacio /contexto -factores sociodemográficos.

El programa recreativo físico, educativo eficiente debe partir de estas consideraciones según las edades y características psicológicas de esta población.

a. Niños (0 hasta 14 años) –edades de la muestra-8 a10 años.

b- Jóvenes (15 años hasta 30 años).

c. Adultos (31 hasta 60 años).

d- Edad avanzada o tercera edad (más de 60 años).

La edad cronológica: Solo determina a muy grandes rasgos los tipos de expectativas inherentes a niños, adolescentes, jóvenes y adultos; considerándose que las diferencias en las apetencias lúdicas varían con celeridad en los primeros meses de vida, para ir alargándose paulatinamente los períodos a medida que avanza la edad. Los intereses recreativos marcan un cambio concreto en su paso a la juventud, para de aquí en adelante solo variar de acuerdo a hábitos y costumbres y de uso general y no particular.

Se plantean tres direcciones en el trabajo con los estudiantes:

1- Higiénico de salud, **2-** Preparación deportiva, **3-** Preparación recreativa.

Dentro de estas la última y en parte la primera constituyen el objeto de nuestro interés en la **Recreación Física**.

En la escuela es influyente el profesor de Educación Física: este comparte generalmente, con las funciones de los docentes Socios culturales, obviamente incluye la escuela, facilita que la **Recreación Física** juegue un papel crucial en

la continuidad del trabajo con los alumnos como forma de utilización de su **tiempo libre**.

Conclusiones: Consideramos que existen diferencias en el trabajo dentro de la escuela y realizado por el personal recreativo fuera del entorno anterior:

Teniendo en cuenta los siguientes apéndices.

- 1-En la escuela los grupos se basan en el colectivo de un aula.
- 2-En las actividades recreativo físicas existen otro criterio, que es el interés de los participantes por determinadas formas de **la Recreación Física**.
- 3-Las actividades docentes son impuestas, reglamentarias, calendariadas por un horario estrictamente establecido.
- 4-Las actividades físicas- recreativas fuera del entorno docente se realizan en el tiempo libre.
- 5- Los participantes seleccionan sus actividades a la libre voluntad.
- 6-La actividad recreativa en función del tiempo libre crea bases educativas, pedagógicas y psicológicas en la sociedad.

2-Las Actividades en una función Recreativa.

¿Cuándo una actividad se considera que cumple una función recreativa?

Cuando el tipo de actividad esta dada por:

1-La oportunidad y duración: Lo define el individuo, según sus intereses, habilidades, capacidades, experiencia y nivel de información.

2- La opción habilidad: Es una característica propia de la actividad recreativa

Opinión del profesor argentino Manuel Vigo-sobre las características socio, psicológicas que debe reunir una actividad para ser considerada recreativa:

Datos de la tesis de maestría del **MSc:** Yoel Álvarez Rodríguez (2009).

a- Es voluntaria, selectiva, no es compulsada.

b- Es una actitud de participación gozosa, de felicidad.

c- No es utilitaria en el sentido de esperar una retribución o ventaja material.

d- Es regeneradora de las energías gastadas en el trabajo o en el estudio, porque produce distensión y descanso integral.

e- Es compensadora de las limitaciones y exigencias de la vida contemporánea al permitir la expresión creadora del ser humano a través de las artes, las ciencias, los deportes, la recreación y la naturaleza.

f- Es saludable porque procura el perfeccionamiento y desarrollo del hombre.

g-Es un sistema de vida porque se constituye en la manera grata y positiva de utilizar el tiempo libre.

h-Es un derecho humano válido para todos los períodos de la vida y sociedades.

i-Es parte del proceso educativo permanente, por el que procure dar los medios para utilizar con sentido el tiempo libre.

e-Es algo que puede ser espontáneo u organizado, individual o colectivo.

Las actividades que pueden cumplir una función recreativa, resulta muy amplia abarcando los diversos sectores de actividad del hombre.

Estos principios dejan sentado claramente cuando una actividad cumple una función recreativa, que promueva conductas autodestructivas para la persona o la sociedad. Puede ser sustituido por el goce y el placer por lo que se recrea.

Relación de indicadores para utilizar la Recreación en función del tiempo libre.

1- El tiempo es un recurso no renovable que pertenece al individuo en toda su vida.

2- En qué ocupar el tiempo libre es una decisión personal.

3- Comprender que la calidad de vida se relaciona con el trabajo y la recreación.

4- **La Recreación:** Se ejecuta individual, social o ambos.

5- **La Recreación** proporciona a la persona la oportunidad de responder a lo que le resulta más intrínsecamente agradable, ya sea una actividad particular, colectiva.

Posiciones de auto condicionamiento desde dos aspectos fundamentales.

a-El aspecto psicológico:

1- Las actividades laborables pautadas o rutinarias limitan al individuo a seleccionar correctamente la ocupación un tiempo libre.

2- El tiempo libre permite defensivamente negar sentimientos de angustia y soledad, generados por ciertos conflictos personales; sentimientos que de lo contrario, emergerían ocasionando perturbaciones y malestar en la conducta que manifiesta el individuo.

3- La negación no significa la solución del conflicto, ya que este permanece en forma latente.

4- No disponer de un uso correcto del tiempo libre no permite el desarrollo pleno y bienestar del sujeto.

b- El aspecto social:

1-Esta angustia puede ser producida por una sociedad que tiende a la rigidez y la despersonalización en la relación interhumana, sociedad capitalista.

2-En nuestra sociedad socialista, donde el hombre debe desarrollar una actitud activa, de un participante creativo y crítico con su realidad objetiva.

3-Una sociedad que favorece la relación del hombre con los otros, permite el pleno desarrollo de sus potencialidades.

4-La sociedad socialista da lugar al pleno esplendor de la creación, no es generadora de conflictos internos del individuo, sino propicia su plena inserción social.

El autor considera que con la utilización correcta del tiempo libre del individuo se pueden desarrollar plenamente, acciones más creativas, con una mayor capacidad de gestión, dentro de su propia selección de actividades.

Características más significativas, que pueden resultar válidas en el tratamiento del tiempo libre.

1-El tiempo libre: Es aquella parte del tiempo extra laboral que cada persona emplea en **función** de relajación física, mental, cultural, espiritual a voluntad propia, se utilizara en función de los intereses, necesidades.

Existen diferentes programas recreativos deportivos entre los cuales están:

1-Trabajo directo en todas las edades en la comunidad, **2-**Selección de talentos,

3-Círculos de abuelos, **4-**Trabajo con discapacitados, **5-**Trabajo con embarazadas.

6-Trabajo con la niñez temprana (-motivo de la investigación).

7-Trabajo con estudiantes con problemas de conducta, etcétera.

1.7. Presupuesto de Tiempo y Tiempo Libre.

Al respectó los autores como Maritza García y Rolando Zamora (1988), datos de la tesis de maestría del MSc: Yoel Álvarez Rodríguez (2009) " Plantean que el presupuesto de tiempo de un individuo no es más que un informe de su vida cotidiana durante un período de tiempo no menor de 24 horas".

El presupuesto de un grupo humano está conformado por una serie de actividades de realización cotidiana. Estas a su vez son específicas en dependencia de su tipo; puede determinarse a través del auto registro de

actividades. Los estudios del presupuesto de tiempo aportan información sobre la magnitud y algunos índices de la estructura del tiempo libre. No obstante, existen otras razones, vinculadas también a la esencia del enfoque cuantitativo del presupuesto de tiempo y a su imposibilidad de medir la dimensión (su contenido), o sea, la faceta cualitativa de su utilización. Esto se debe a varias cuestiones específicas de los métodos aplicados al estudio empírico del presupuesto de tiempo, debido a restricciones lógicas en cuanto a recursos humanos y materiales. Los estudios del presupuesto de tiempo son estáticos, es decir, representan fotografías de situaciones temporales específicas, (una semana, una quincena, un mes) lo que impide medir las variaciones que debe sufrir según los cambios en las características climáticas o producto a determinadas situaciones, sociales, vacaciones fiestas tradicionales, etcétera. El presupuesto de tiempo se calcula para determinados estratos sociales, trabajadores de uno u otro sexo, amas de casa, estudiantes, donde se simplifica la relación establecida entre ellos en el empleo de su fondo de tiempo, surge un proceso de participación social. Podemos considerar importante considerar las posibilidades recreativas que promueve la practica del ajedrez y otras actividades donde se utilice el razonamiento ejemplo; la dama española y el dominó al permitir ejercitar la memoria mediata y inmediata promoviendo el desarrollo del sentido de la responsabilidad, fortaleciendo el carácter para la toma de decisiones, el espíritu creativo, incrementándose la paciencia, el razonamiento lógico, la inteligencia emocional y la intuición.

1.8. Características del Consejo Popular Entronque de Herradura y antecedentes históricos de las Circunscripciones 158 y 60.

El Consejo Popular es la estructura socio – política que responde a la estructura municipal y expresa la gobernabilidad en lo económico, político y social de la población, está integrada por un grupo de circunscripciones y en el mismo se representan los organismos, instituciones, organizaciones, centros de trabajo, empresas; la Cultura Física la representa en los Consejos Populares los combinados deportivos los cuales deben proyectar el desarrollo de la cultura física, en relación a la recreación física, debe poseer los sistemas de información de cada una de las circunscripciones en relación a las

necesidades recreativas y su integración posibilita la planificación estratégica de las actividades recreativas en el tiempo libre en el ámbito de circunscripción.

Consejo Popular Entronque de Herradura:

Limita al norte con el municipio de la Palma al sur con el consejo popular de Herradura, hacia el oeste con el municipio de los Palacios y al este con el Consejo Popular del Crucero de Echeverría, su extensión territorial es de 54,2 Km. cuadrados con un relieve en que predominan las montañas, la población asciende a 9456 personas de ellas el 65% reside en la zona urbana y el 35% en la rural, la población económicamente activa es de 2375 personas y ocupadas en la economía 2073 de los cuales el 57% se encuentran en el sector agropecuario, la tasa de desempleo es de 1,5 % este es un territorio eminentemente agrícola.

Caracterización de la Circunscripción # 158.

Esta situada en el Km. 5 carretera San Andrés, limita al norte con la circunscripción # 60, al sur con la circunscripción # 58, al este con el municipio los palacios y al oeste con el poblado las canteras, fue creada en 1976, su población es de campesinos que habitan en la actualidad 135 personas, en la pseudo república, era una zona atrasada, no existían obras de beneficio para sus moradores, las producciones agrícolas constituían su principal renglón, basada en viandas, granos y tabaco, alrededor del 90% de la población era analfabeta, triunfa La Revolución en 1959 y con ello cambió la vida en esta región han sido construida una escuela primaria, una sala de video, una bodega del pueblo y un consultorio del médico de la familia de beneficio popular, se introduce la producción y cría de ganado vacuno, en 1988 debido a la trascendencia de las palabras del General de Ejército: Raúl Castro Ruz pasa a conformar parte del grupo nacional Plan Turquino Manatí, con un orden de prioridad a nivel de gobierno y estado actualmente el nivel de escolaridad es de 10mo grado, se ampliaron las ofertas culturales, deportivas y sociales, no obstante a ellos consideramos que las actividades recreativas no satisfacen aún el horizonte de sus habitantes principalmente los niños, por ello nuestra investigación se dirige en ese sentido. Posee además 2 CDR.

Caracterización de la Circunscripción # 60.

Esta ubicada en el Km. 8 carretera San Andrés, limita al norte con el municipio La Palma, al sur con la circunscripción # 158, al este con el municipio los palacios, oeste con el poblado las canteras, fue constituida en el año 1976, es una población básicamente campesina donde habitan en la actualidad 147 personas, antes de 1959 fue una zona olvidada por los gobiernos de turno, pésima calidad de vida, no existían obras sociales de beneficio para sus habitantes, las producciones agrícolas son de viandas, granos y café, habían un gran numero de analfabetos alrededor del 90%, al Triunfo de la Revolución se abrió una nueva era de bienestar social, se han construido obras como una escuela primaria, una sala de video, una de rehabilitación, una bodega del pueblo y un consultorio del médico de la familia con todas las condiciones creadas de infraestructura del nivel primario de salud, se introdujo la producción forestal con la siembra y cultivo de árboles, a raíz de los pronunciamientos del General Raúl Castro Ruz en el año 1988 pasa a formar parte del grupo nacional Plan Turquino Manatí con orden de prioridad a nivel e gobierno y estado, actualmente el nivel de escolaridad es de 9no grado se han ampliado las ofertas culturales, deportivas y sociales no obstante a ellos consideramos que las actividades recreativas no satisfacen aún el horizonte de sus habitantes principalmente los niños por ello nuestra investigación se dirige hacia ese objetivo. Posee además 2 CDR.

1.9. Caracterización psicológica de la etapa escolar desde 6 hasta 11 años.

En estas edades no existe aún un criterio sólido en el alcance de sus decisiones son, muy variables y temperamentales, influyen las influencias circundantes del medio social en que se desenvuelven.

- El niño se convierte en escolar, entra a la escuela. En el contexto de las tareas escolares el niño alcanza paulatinamente un desarrollo notable de todos sus procesos, funciones y cualidades psicológicas. Por producirse substanciales variaciones en todos los tejidos y órganos del cuerpo y la incompleta osificación del esqueleto, presenta gran flexibilidad y movilidad, lo que le permite grandes posibilidades en la práctica de la educación física y los deportes. Por desarrollarse primero los músculos grandes, son

capaces de hacer movimientos relativamente fuertes, pero les resultan más difíciles los movimientos pequeños que requieren de precisión.

Características psicológicas de la etapa:

- La nueva situación social de desarrollo, implica por una parte que el niño ocupará una nueva “posición social” (la del escolar) con el conjunto de exigencias que esto conlleva.
- En el sistema de la actividad aparece una nueva forma: el estudio, que posee para el niño carácter obligatorio y socialmente importante, lo cual le proporciona un notable número de conocimientos y habilidades, que satisfacen sus nuevas necesidades y motivos, independientemente que subsisten las motivaciones por los juegos y otros tipos de actividad productiva.
- Su posición interior está vinculada a una actitud positiva general hacia el proceso de asimilación de conocimientos y habilidades.
- Desde los primeros días en la escuela es necesario descubrir ante él claramente las reglas de conducta a seguir en clase, en casa y en lugares públicos, su nueva posición, sus obligaciones y derechos en esta nueva etapa.
- Se manifiesta la avidez por saber, el interés teórico por lo que le rodea, aunque en los primeros momentos no posea interés cognoscitivo por el material didáctico.
- La entrada a la escuela puede conducir a la aparición de dificultades de adaptación a ésta en numerosos niños. Al finalizar la etapa preescolar los niños poseen un gran interés en su próxima incorporación a la escuela, fomentado por los adultos. Pero para él son los atributos externos de la escuela (el nuevo uniforme, que por primera vez vestirán, el uso de las nuevas libretas, libros, lápices y bolígrafos, la mochila o maletín escolar, acabado de adquirir, etc., el saber que acudirán a un lugar donde habrá grandes pizarras, terrenos para jugar y divertirse, conforman una serie de estímulos atractivos que lo identifican con la escuela, ignorando los deberes a los cuales se enfrentarán de inmediato.

Frecuentemente se observan tres tipos de dificultades:

- Vinculadas a las particularidades del nuevo régimen escolar (hay que despertarse temprano, no se pueden perder clases, ha que permanecer sentado y tranquilo, es necesario realizar los tareas escolares en casa diariamente).
- Vinculadas a las nuevas relaciones con el maestro, los compañeros de clase y la familia. No es extraño que el alumno de primer grado se pierda en el nuevo ambiente, no pueda fácilmente trabar conocimiento de pronto con sus compañeros y se sienta solo.
- Vinculadas a la comprensión de que la escuela es mucho más que sus atributos externos (a menudo caen en la indiferencia y la apatía, por pérdida de la imagen positiva e ingenua que poseían antes de entrar a dicha institución).

Si en las actividades anteriores del niño la asimilación interviene como un producto derivado y no es básico, el contenido de la actividad estudiantil tiene una particularidad distintiva: su parte principal la constituyen los conceptos científicos, las leyes de la ciencia y las técnicas generales de resolución de los problemas prácticos, que apoyan todo lo anterior. Solo en el estudio intervienen como objetivo básico y resultado principal de la actividad, la asimilación de conceptos científicos y las habilidades correspondientes.

- El estudio no excluye otras actividades de los niños. Desempeña un papel importante en esta edad el trabajo en dos formas características: el autoservicio y la fabricación de pequeños trabajos manuales, lo que es muy favorable para el desarrollo del control de los movimientos diferenciados y coordinados; inclusive en algunas escuelas esporádicamente los escolares menores participan en actividades productivas en pequeños huertos: Ello inculca en los niños el sentimiento de respeto por el trabajo de los adultos. y se debe acompañar con el cumplimiento de tareas en el hogar, como poner en orden su guardarropa, tender su cama, etc.
- Las adquisiciones psicológicas más importantes del escolar menor se vinculan al control de la voluntad y a la reflexión. El niño siente deseos de hablar con el compañero de al lado, levantarse para ir a mirar por la ventana lo que sucede en el exterior, pero no puede, ejercita su lenguaje interior para

decirse a sí mismo que no es posible, pues el maestro no lo permite y de esta forma va desarrollando el control volitivo de su personalidad.

El autor considera que a través del cumplimiento de las tareas en la escuela, el niño desarrolla notablemente:

- La capacidad de observación (la percepción se encauza, se torna consciente de forma sistemática.
- La atención voluntaria (aprende a atender de forma estable los objetos necesarios y no solo los atractivos para él. En primer grado es inestable, a partir del segundo grado se va perfeccionando).
- La memoria voluntaria (la productividad de la memoria en los escolares menores depende de la comprensión del carácter de la tarea y del dominio de los procedimientos y modos de retención y reproducción. Del primero al tercer grado aumenta la retención de los conocimientos expresados verbalmente con mayor rapidez que los memorizados por vía visual). El sistema de comunicación, al incluir en las relaciones niño – adulto, no solo el medio familiar sino también al maestro, figura que ocupa un lugar fundamental para el bienestar emocional del niño (sobre todo en los primeros grados), en función de la valoración que hace de su conducta y actividad. Además, las relaciones del niño con sus coetáneos no se circunscriben a la actividad informal del juego, sino que también se desarrollan en los marcos de la actividad de estudio, que presenta un carácter colectivo y organizado.

Características psico evolutivas en niños de 8-10 años.

Se intensifica la necesidad de ocupar un lugar nuevo y más responsable quiere imitar las actividades que realizan los adultos , queriendo ejecutar acciones que represente cosas provechosas en la vida, en la escuela se rige por una serie de normas y reglamentos que debe cumplir, aumenta su crecimiento biológico continua el desarrollo torácico su estatura cada año crece como promedio 5 cm. y el peso por su parte, aumenta en 2-2.5 Kg. ,sus músculos se fortalecen, sobre todo los de su espalda, son capaces de mantener el cuerpo en posición correcta durante largo tiempo. Se hace necesaria la realización diversa de actividades que conlleven a su desarrollo físico e intelectual.

El sistema muscular se desarrolla rápidamente, e intensamente, por eso cuando es suficiente la cantidad de movimientos y el trabajo muscular, en ellos aumenta el volumen muscular y la fuerza. Los huesos de la columna, se exponen con facilidad a las acciones externas estando el organismo del escolar pequeño está aun poco adaptado a las condiciones de posiciones estáticas prolongadas en que se encuentra durante las clases en la escuela contribuyendo a-la práctica del ejercicio al aire libre contribuye a su desarrollo físico.

Aprende y necesita convivir en compañía de otros niños, predominando la fantasía en su imaginación vive dos mundos uno real y otro imaginario, su concentración mejora, se vuelve más responsable en sus actividades, esto mejora considerablemente el proceso de utilización de la memoria inmediata, prefiriendo una mayor compañía de los compañeros de su sexo.

Se produce un aumento del desarrollo de los órganos sexuales sobre todo en el sexo femenino se vuelve más responsable le gusta sobresalir en el grupo en que convive -aumenta la percepción, la memoria, la atención el pensamiento y el lenguaje se enriquece considerablemente, además, aumenta considerablemente el crecimiento longitudinal de sus huesos y músculos, se vuelve más laborioso y conciente en sus actividades. (Zoe Bello, David, Julio Cesar Corrales Ferrer), Psicología General. (Pág.-98-99,100).

Capitulo-1-Conclusiones parciales:

1- El estudio de los antecedentes culturales políticos y sociales de la circunscripciones 158 y 60. Nos permitió definir el estado de dichos componentes, relacionados con la vida de sus pobladores que definen posteriormente el nivel de aceptación del conjunto de actividades físico-recreativas a aplicar, con el objetivo de mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años en estas circunscripciones.

2- Es necesario conocer las características psicológicas de nuestra muestra en cuanto a criterios, edades, desarrollo biológico, intelectual, sociedad en que conviven para lograr ocupar el tiempo libre.

Capítulo-2: Caracterización del estado actual de la ocupación del tiempo libre de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años del plan turquino.

En este capítulo se abordan la caracterización del centro deportivo Entronque de Herradura y las Circunscripciones 158 y 60 en cuanto a fuerza técnica, instalaciones y medios deportivos con que cuentan, cantidad de niños por edades y los resultados del diagnóstico inicial.

Características fundamentales de trabajo:

La investigación incide sobre el consejo popular Entronque de Herradura que posee las siguientes características: obtenidas después de la aplicación de un diagnóstico inicial en dicha localidad y al centro deportivo que acredita el trabajo recreativo.

2.1- Caracterización del Centro Deportivo, Entronque de Herradura: (Anexo # 1).

Se localiza en el Km. 33 de la carretera central en la calle # 15 final, esta compuesto por 44 trabajadores distribuido de la siguiente forma:

Fuerza técnica: 33 trabajadores que representan el 75 % de 44.

Total de licenciados 16 que representan el % 36 de 44.

Total de técnicos deportivos 16 que representan el 36 % de 44.

Total de técnicos recreativos 5 que representan el 11% de 44.

Total de técnicos de cultura Física 12 que representan el 27 % de 44.

Total de masificadores de ajedrez 6 que representan el 14 % de 44.

Laboran en el plan Turquino 1 que representan el 0,02 % de 44.

Instalaciones que oferta el Centro Deportivo Entronque de Herradura

(1-Terreno de béisbol-2), (2-Terreno rústico de baloncesto-1), (3-Terreno rústico de voleibol-1), (4-Colchón rústico de judo-1), (5-Cajón de salto-1), (6-Campo de mini-fútbol-1 gimnasio rústico-1). **(Anexo # 2)**

Implementos deportivos que oferta el Centro Deportivo Entronque de Herradura. (Anexo # 3)

Béisbol: 1 guantes, 2 pelotas, 3 bates. **Ajedrez:** 6 juegos

Baloncesto: balones 5. **Dama:** 9 juegos

Voleibol: 5 balones. **Dominó:** 8 juegos

Fútbol: 7 balones.

Parchees: 10Juegos

Raquetas de Bádminton: 11

Volantes de Bádminton: 12

2.2- Caracterización de la Circunscripción # 158.

Total 26 niños comprendidos entre las edades de o a 10 años, distribuidos de la siguiente forma.

Total de niños en las edades de 8 a10 años 10 que representan el 38 %.

Total de niños masculinos 4.

Total de niños femeninos 6.

Conclusión. Es predominante la población femenina con 6 que representan el 60 % de10.

Instalaciones que oferta la Circunscripción # 158. (Anexo # 4)

Escuela primaria " Ceferino Fernández".

(1-cancha rústica de baloncesto-1), (2-Terreno rústico de fútbol-1), (3-Pista rústica de atletismo-1), (4-campos rústico de obstáculos-1).

Implementos deportivos que oferta la Circunscripción # 158. (Anexo# 5)

Escuela primaria "Ceferino Fernández". (1 Balones de baloncesto 2),

(2 Balones de fútbol: 2), (3 juegos de ajedrez 3).

2.3- Caracterización de la circunscripción # 60.

Total 25 niños comprendidos entre las edades de o a 10 años, distribuidos de la siguiente forma:

Total de niños en las edades de 8 a10 años 7 que representan el 28 %.

Total de niños masculinos 6.

Total de niños femeninos 1.

Lo que podemos plantear que la población de la circunscripciones 158 y 60 es de 51 niños comprendidos entre las edades de 0 a 10 y la muestra es de 17 niños de las edades de 8 a 10 años que representa el 33%, predominando el sexo femenino con 10 que representan el 59 % de 17.

Instalaciones que oferta la Circunscripción # 60 (Anexo # 6).

Escuela primaria "Pedro Marrero".

(1 Cancha de baloncesto rústica 1), (2 Terreno rústico de fútbol 1), (3 Terreno rústico de béisbol 1), (4 Terreno rústico de voleibol 1), (5 Pista rústica de atletismo 1), (6 Cajón rústico de salto largo 1), (7 campo rústico de obstáculos 1).

Implementos deportivos que oferta la circunscripción # 60 (Anexo # 7)

Escuela primaria "Pedro Marrero".

1 Balones de baloncesto 2, (2 Balones de fútbol 2), (3 Balones de voleibol 3)
(4 Pelotas de béisbol 2), (5 Guantes de béisbol 2), (6 Bates de béisbol 2)
(7 Juegos de ajedrez 3).

2.4- Análisis de los resultados de los instrumentos aplicados.

Resultados obtenidos de la guía de **observaciones** a las actividades en el horario del día. **(Anexos 8 y 9).**

Existe la práctica de varias actividades físicas-recreativas entre las cuales sobre sale como preferencia:

1-El dominó con 12 participantes equivalente al 71% de 17 niños, comprendidos en las edades de 8 a 10 años.

2-En la práctica del dominó predomina el sexo masculino con 7 integrantes equivalentes al 41 % de 17.

3-La actividad menos realizada es la práctica de la dama con 3 integrantes equivalentes al 18 % de 17.

4-Predomina el sexo femenino con 2 integrantes equivalentes al 12% de 17.

Resultados obtenidos de las observaciones a las actividades en el horario del nocturno. (Anexo # 10).

Existe la práctica de varias actividades físico-recreativas entre las cuales sobre sale como preferencia:

1-Actividades bailables con 14 participantes equivalentes al 82 % de 17.

2-Predomina el sexo femenino con 8 integrantes equivalentes al 47 % de 17.

3-La actividad menos realizada es la práctica del ajedrez con 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

4- Predomina el sexo femenino con 3 integrantes equivalentes al 18 % de 17.

Para confeccionar el presupuesto de tiempo libre de los 17 niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años se realizó la valoración de las 3 observaciones realizadas por el equipo de investigación. (Anexo #11).

1-Como actividad más necesitada de tiempo se localizó la ejecución de las necesidades biofisiológicas con un tiempo disponible de 9.36 horas equivalente al 39% de 24 horas.

2-Como segunda actividad se localizó la ejecución del trabajo o estudio con un tiempo disponible de 7. 50-horas equivalentes al 39% de 24 horas.

3-Como actividad de menos tiempo disponible se localizó la ejecución de las tareas domésticas con tiempo disponible de 0.43 horas equivalentes al 0.017 % de 24 horas.

4-Como conclusión se obtuvo que el tiempo libre disponible es de 3.29 horas equivalentes al 13.7 % de 24 horas.

Resultados obtenidos en la entrevista de los padres de los niños: comprendidos entre las edades de 8 a 10 años. 5 de marzo del 2010 (Anexo #12).

1-La pregunta de mayor preferencia fue la # 7 con una aceptación de 18 participantes equivalentes al 53% de 34.

1. a-el sexo femenino tuvo un total de 9 integrantes equivalentes al 53 % de 17.

1. b-el sexo masculino presento 9 integrantes equivalentes al 53 % de 17.

1-c-se abstuvieron en dicha pregunta un total 12 de equivalentes al 35 % de 34.

2- La pregunta de menor preferencia fue la # 6 con una aceptación de participantes equivalentes al % de 34.

2 .a-el sexo femenino tuvo un total de 5 integrantes equivalentes al 29 % de 17

2 .b-el sexo masculino presento 9 integrantes equivalentes al 53 % de 17.

2. c-La negación fue en la pregunta # 6 de 11 integrantes equivalentes al 32.2% de 34.

3-La aceptación de las preguntas aplicadas en la entrevista fue de un total de 79 participantes equivalente al 58 % de un total de 136 participantes.

3-a-La aceptación del sexo femenino fue de 102 participantes de un total de 119 equivalentes al 86 %.

3-b- La aceptación del sexo masculino fue de 57 participantes de un total de 119 equivalentes al 48 %.

Resultados de la entrevista a los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años. (Anexo # 13).

Motivos de nuestra investigación para conocer sus gustos, preferencias, necesidades e intereses físico-recreativos.

1-La pregunta de mayor preferencia fue la # 6 con una aceptación de 12 participantes equivalentes al 71.

1. a-el sexo femenino tuvo un total de 8 integrantes equivalentes al 48 % de 17.

1. b-el sexo masculino presento 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.
- 2- La pregunta de menor preferencia fue la # 7 con una aceptación de 6 participantes equivalentes al 35 % de 17.
2. a-el sexo femenino tuvo un total de 3 integrantes equivalentes al 18 % de 17.
- 2 .b-el sexo masculino presento 3 integrantes equivalentes al 18 % de 17.
- 3-La aceptación de las preguntas aplicadas en la entrevista fue de un real de 79 participantes equivalente al 58 % de un plan de 136 participantes.
- 3-a-La aceptación del sexo femenino fue de 39 participantes de un plan de 80 equivalentes al 49 %.
- 3-b-La aceptación del sexo masculino fue de 40 participantes de un plan de 56 equivalentes al 71 %.

Resultado de la encuesta aplicada a los niños entre las edades de 8 a 10 años. (Anexos 14 y 15).

Respuesta pregunta # 1

- 1-Simultáneas de ajedrez-aceptan 8 integrantes equivalentes al 47% de 17.
- 2-Planes de la calle aceptan 10 integrantes equivalentes al 59 % de 17.
- 3-Programa a jugar aceptan 17 integrantes equivalentes al 100 % de 17.
- 4-Competencias entre comunidades aceptan 7 integrantes equivalentes al 41% de 17.
- 5-Actividades culturales aceptan 17 integrantes equivalentes al 100 % de 17.
- 6-Festivales deportivos recreativos aceptan 8 integrantes equivalentes al 47% de 17.
- 7-Competencias de Bicicleta aceptan 17 integrantes equivalentes al 100 % de 17.
- 8-El proceso de aceptación se cumplió con un real de 84 participantes de un plan de 119 equivalentes al 71.

Respuesta pregunta # 2 frecuencias de ejecución.

1-Simultáneas de ajedrez.

- A-Práctica ocasional 13 equivalentes al 76% de 17.
- B-Práctica semanal 1 equivalentes al 6% de 17.
- C-Práctica mensual 3 equivalentes al 18 % de 17.

2-Planes de la calle.

A-Práctica ocasional 3 equivalentes al 18 % de 17.

C-Práctica mensual 14 equivalentes al 82 % de 17.

3-Programa a jugar

A-Práctica ocasional 15 equivalentes al 88 % de 17.

B-Práctica semanal 1 equivalentes al 6% de 17.

C-Práctica mensual 1 equivalentes al 6 % de 17.

4-Competencias entre comunidades

A-Práctica ocasional 12 equivalentes al 71 % de 17.

B-Práctica semanal 3 equivalentes al 18 % de 17.

C-Práctica mensual 2 equivalentes al 12 % de 17

5-Actividades culturales

A-Práctica ocasional 15 equivalentes al 88 % de 17.

B-Práctica semanal 2 equivalentes al 12 % de 17.

6-Festivales deportivos recreativos

A-Práctica ocasional 1 equivalentes al 6 % de 17.

C-Práctica mensual 16 equivalentes al 94 % de 17.

7-Competencias de Bicicleta

A-Plantean la práctica ocasional 17 equivalentes al 100 % de 17.

Respuesta pregunta # 3-actividades encuestadas.

1-Simultáneas de ajedrez.

Satisfecho 3 integrantes equivalentes al 18 % de 17.

No satisfecho 6 integrantes equivalentes al 35 % de 17.

A veces 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

Nunca 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

2-Planes de la calle.

Satisfecho 13 integrantes equivalentes al 76 % de 17.

No satisfecho 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

3-Programa a jugar.

Satisfecho 11 integrantes equivalentes al 65 % de 17.

A veces 2 integrantes equivalentes al 12 % de 17.

Nunca 5 integrantes equivalentes al 29 % de 17.

4-Competencias entre comunidades.

No satisfecho 5 integrantes equivalentes al 29 % de 17.

A veces 12 integrantes equivalentes al 71 % de 17.

5-Actividades culturales.

Satisfecho 13 integrantes equivalentes al 76 % de 17.

No satisfecho 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

6-Festivales deportivos recreativos.

Satisfecho 16 integrantes equivalentes al 94 % de 17.

Nunca integrantes 1 equivalentes al 6 % de 17.

7-Competencias de Bicicleta.

Satisfecho 8 integrantes equivalentes al 47 % de 17.

No satisfecho integrantes equivalentes al % de 17.

A veces 5 integrantes equivalentes al 29 % de 17.

Nunca 4 integrantes equivalentes al 24 % de 17.

Resultado general por participantes.

Satisfechos 64 participantes de un plan de 119 equivalentes al 54 %.

No satisfecho 19 participantes de un plan de 119 equivalentes al 16 %.

A veces 21 participantes de un plan de 119 equivalentes al 18 %.

Nunca 14 participantes de un plan de 119 equivalentes al 11 %.

Respuesta pregunta #4 Actividades aceptadas si y no.

1-Planes de la calle.

Aceptan 13 equivalentes al 76% de 17.

No aceptan 4 equivalentes al 24% de 17.

2-Campismo y caminatas.

Aceptan 12 equivalentes al 71 % de 17.

No aceptan 5 equivalentes al 29 % de 17.

3-Competencia de dominó.

Aceptan 13 equivalentes al 76 % de 17.

No aceptan 4 equivalentes al 24 % de 17.

4-Torneos populares entre niños de dominó, damas y ajedrez.

Aceptan 14 equivalentes al 82 % de 17.

No aceptan 3 equivalentes al 12 % de 17.

5-Actividades bailables.

Aceptan 14 equivalentes al 82 % de 17.

No aceptan 3 equivalentes al 12 % de 17.

6-Maratones.

Aceptan 8 equivalentes al 47 % de 17.

No aceptan 9 equivalentes al 53 % de 17.

7-Festivales físicos recreativos.

Aceptan 16 equivalentes al 94 % de 17.

No aceptan 1 equivalentes al 6 % de 17.

8-juegos de mesa.

Aceptan 15 equivalentes al 88 % de 17.

No aceptan 2 equivalentes al 12 % de 17.

Aceptan 105 equivalentes al 77 % de 136.

No aceptan 31 equivalentes al 23 % de 136.

6-Valoración del trabajo realizado por los directivos de consejo popular en la localidad relacionado con la práctica deportiva.

Bueno; total de 8 integrantes que representan el 47% de 17.

Regular; total de 4 integrantes que representan el 24 % de 17.

Malo: total de 5 integrantes que representan el 29 % de 17.

Respuesta pregunta # 7.

7-Valoración del trabajo realizado por los directivos del centro deportivo en la localidad relacionado con la práctica deportiva.

Bueno: total de 10 integrantes que representan el 59 % de 17.

Regular: total de 6 integrantes que representan el 35 % de 17.

Malo: total de 1 integrante que representan el 6 % de 17.

2.5. Propuesta de solución del cronograma de actividades.

Se propone un plan de actividades físico- recreativas en función de la ocupación del tiempo libre, eminentemente prácticas con determinadas funciones y entre sus principales características está la variedad, creatividad, motivación, frecuencia semanal, horarios de la tarde y nivel de participación, en correspondencia con los gustos, preferencias, necesidades e intereses de los niños.

Como resultados de los instrumentos aplicados a los niños, arrojo las preferencias tanto positivas como negativas quedando de la siguiente forma:

Como actividades de preferencia se obtuvo, (Anexo #16).

1- Festival Recreativo, 2- Festivales de BTP bailables, 3 - Festivales deportivos con 17 participantes, equivalentes al 100% de aceptación.

Como actividades de menor preferencia se obtuvo:

9-Festivales de atletismo con un total de 7 participantes equivalentes al 41 %, pues se ejecutan con poca frecuencia.

Los días de mayor preferencia por los participantes fueron los sábados y Domingo .El horario más aceptado es el comprendido entre las 8 AM y las 12 PM.

2.6. Sistematización de los resultados obtenidos con la aplicación de los instrumentos de investigación.

Luego de analizar los resultados obtenidos con el procesamiento de la información aportada por los instrumentos de investigación aplicados, se infieren las siguientes regularidades:

- ◆ Existen actividades recreativas en la circunscripción.
- ◆ En las actividades recreativas no está contemplado el béisbol, por lo que no son planificadas.
- ◆ No se tiene en cuenta los horarios de preferencia de los niños para la realización de actividades recreativo-deportivas.
- ◆ Poca divulgación de los responsables que organizan las actividades recreativas.
- ◆ Se constata que el juego constituye una actividad fundamental en los niños de 8 a 10 años.
- ◆ Escasa existencia de materiales para la práctica de las diferentes actividades y las instalaciones son de uso múltiple.
- ◆ Pobre participación de los niños en las actividades recreativas porque no satisfacen los verdaderos gustos, preferencias, necesidades e intereses.
- ◆ Poco apoyo de organismos para lograr un buen desarrollo de estas actividades.

A partir de las regularidades constatadas en la circunscripciones con relación a las actividades físico-recreativas y teniendo en cuenta el interés manifestado

por los niños en las diferentes manifestaciones recreativas, en las circunscripciones 158 y 60, pertenecientes al plan Turquino, Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur, se hace necesario elaborar un plan de actividades físico-recreativas para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños.

Conclusiones parciales del Capítulo-2

- 1-**La aplicación de los métodos aplicados favoreció a la elaboración del plan de actividades físico recreativo, al permitirnos conocer sus gustos, preferencias, necesidades e intereses de los niños en las edades de 8 a 10 años en ambos sexos. Se obtuvo un marcado apoyo de los informantes claves.
- 2-**Que los niños en las edades de 8 a 10 años poseen un limitado tiempo libre equivalente a 3.29 horas.
- 3-**Que podemos ofrecer actividades en horarios nocturnos. Consideramos que lo importante de una intervención comunitaria no es la diversidad de actividades (ofertadas), sino el nivel de aceptación de las mismas.

CAPÍTULO 3 FUNDAMENTACIÓN DEL PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS "MI ALEGRE MONTAÑA".

3.1- Fundamentación y presentación de la propuesta.

La propuesta consiste en un plan de actividades físico-recreativas en función de mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños, en las edades de 8 a 10 años, de las Circunscripciones 158 y 60 perteneciente al Plan Turquino, Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur. Constituye un documento que sirve de guía y orientación para el trabajo de la recreación en edades tempranas en el contexto comunitario; que suponen, como objetivo fundamental propuesto con anterioridad, favorecer la masificación por la práctica de actividades físico-recreativas en el tiempo libre de este sector poblacional.

Su estrategia didáctica radica en mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños de la comunidad teniendo en cuenta sus gustos, preferencias, necesidades e intereses y, a la vez, mejorar su desarrollo físico. Por otro lado, la estrategia educativa de dicho plan de actividades físico-recreativas consiste en un grupo de actividades de entretenimiento que permitan la transformación de los modos de actuación de los niños para alcanzar el bienestar en su formación, desarrollo y satisfacción de su tiempo libre. Podemos decir que este plan de actividades recreativas posee intencionalidad, indicaciones, usuario, dimensiones, acciones, plazos de cumplimiento y forma de evaluación, además, se cumplimenta sobre la base de los principios de la flexibilidad y adaptabilidad. El mismo tiene bien definidos objetivos generales, educativos, específicos y sociales los cuales responden a su intencionalidad y sus indicaciones metodológicas, desde el punto de vista recreativo, para su puesta en práctica por el promotor de recreación de dicha comunidad; posee dimensiones que enmarcan las diferentes acciones recreativas así como los plazos que pueden ser cambiados o modificados según el marco donde se desarrollarán durante la puesta en práctica. Por otro lado, la forma de evaluación está dada por el nivel de aceptación y satisfacción que tengan las acciones de los niños, los cuales realizan la actividad.

La edad es uno de los aspectos particulares más importantes en el programa de recreación física. Los encargados de esta actividad deben tener muy claras las diferentes características del hombre en su desarrollo endogenético, pues

esto es lo que permite especializarse en determinados estratos, desde los más jóvenes hasta la tercera edad, y a partir de la consideración de las características particulares de cada grupo de edad, buscar las variantes óptimas para organizar un plan de actividades.

El autor considera que enfatizar en el contenido de las necesidades recreativas en estrecha relación con el grado de desarrollo biopsicosocial de cada grupo de edad es la base para elaborar un plan de actividades físico-recreativas eficiente.

En cuanto al aporte teórico de nuestro plan podemos resaltar las indicaciones metodológicas generales, plan de acción y los principios que sustentan las actividades, la interrelación de estas, los medios concebidos, regulaciones, concepciones teóricas, ordenamiento y leyes que rigen el trabajo de la masividad en la comunidad.

Por otra parte, su aporte práctico está fundamentado en las características de la zona donde se ubican dichas circunscripciones y, por tanto, en las orientaciones, recomendaciones, indicaciones y medios auxiliares como reglamentos y resoluciones del Instituto Nacional de Deporte y Recreación, que orientan y apoyan la puesta en práctica de dicho plan de actividades físico-recreativas.

3.2- Componentes Plan de Actividades Físico-Recreativas.

Objetivo general:

Ocupar el tiempo libre de los niños de ambos sexos, en las edades de 8 a 10 años, pertenecientes a las Circunscripciones 158 y 60, ubicadas en el Plan Turquino, pertenecientes al Consejo Popular Entronque de Herradura, del municipio Consolación del Sur.

Objetivo educativo:

Fomentar en el niño el interés por la práctica de las actividades físico-recreativas, contribuyendo a su satisfacción recreativa, logrando la participación y apoyo de la familia, escuela y comunidad en la realización y aceptación de estas actividades.

Objetivos Específicos:

- Facilitar y promover la masificación en las actividades físico-recreativas de los niños en las edades de 8 a 10 años.

- Rescatar las actividades físico-recreativas en las comunidades montañosas.
- Contribuir a la formación de la personalidad de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años y utilizar las actividades, con fines terapéuticos, en aquellos que tienen trastorno de su personalidad.
- Facilitar el desarrollo físico, intelectual y psicológico de los niños la muestra.
- Fortalecer la formación de valores, camaradería, amor a los símbolos patrios y relaciones entre grupos.

Plan de acción:

- 1-Coordinación con los delegados y presidentes de los CDR pertenecientes a la circunscripciones 158 y 60.
 - 2-Coordinación con el centro deportivo “Entronque de Herradura” y dirección de las escuelas de la comunidad, para utilizar los terrenos deportivos.
 - 3-Establecer horarios propicios para realizar las actividades.
 - 4-Localizar gustos, intereses y necesidades recreativas de los niños de la muestra.
 - 5-Tener presente la infraestructura recreativa.
- 1-Cantidad de instalaciones, estado de explotación y conservación.
 - 2-Personal técnico y de servicio que se dispone.
 - 3-Recursos materiales de que se dispone.
 - 4-Características del medio físico geográfico.

Principios que sustentan el plan de actividades:

1-Principios sociológicos:

- a- Enfoque comunicativo.
- b- Relaciones individuo, familia, escuela, sociedad.
- c- Integración y comunicación.

2-Principios filosóficos:

- 1-Objetividad, 2-Concatenación universal, 3-Histórico concreto.
- 4-Desarrollo, 5-Análisis multilateral, 6-Flexibilidad, 7-Movimiento.

3-Principios pedagógicos a tener en cuenta para ejecutar las actividades deportivas recreativas:

Como parte de los sustentos teóricos que permiten una mejor comprensión del plan que se propone, se declaran a continuación un conjunto de principios que

sirven de base a todo este accionar y que ha sido el resultado del estudio de los contenidos relacionados con la pedagogía, la psicología, la filosofía y la sociología, vistos todo bajo el enfoque de la escuela histórico cultural de Vigotski. L. S.:

- **La unidad del carácter científico e ideológico:** este demanda que la escuela es el elemento rector en la educación de la personalidad de las nuevas generaciones, que todas las actividades estén dirigidas a la búsqueda de lo nuevo, de lo desconocido, que favorezca el desarrollo del pensamiento creador sin obviar la influencia que reciben los niños y adolescentes de la familia y la comunidad.

- **La vinculación de la educación con la vida, el medio social y el trabajo:** es importante dicha vinculación pues permite la unidad que existe entre lo temático-técnico (objetivo, contenido, método, medio, evaluación) y lo dinámico (relaciones niño-promotor y niño-niño). Este principio está presente en todo el plan de actividades y ha permitido seleccionar los contenidos transferibles a situaciones de la vida cotidiana y la interacción grupal.

- **La unidad entre la actividad, comunicación y personalidad:** en el desarrollo del plan de actividades recreativas se tuvo en cuenta el enfoque comunicativo con una base orientadora, que demostró el papel regulador del comportamiento. Toda actividad realizada lleva implícita la comunicación, por lo que el niño aprende a decir, escuchar, a ser directo, a respetarse a sí mismo y a los demás; a expresar con claridad y fluidez sus ideas, a desarrollar su pensamiento grupal y, de esta forma, alcanzar el desarrollo integral a que se aspira.

- **El carácter colectivo e individual de la educación de la personalidad y el respeto a esta:** permite concebir al grupo como objeto y sujeto de la educación, es un supuesto sociológico básico, que permite situar a este como mediador entre el individuo y la sociedad, pero además cada niño es portador de particularidades únicas que lo distinguen del resto y que por demás, tiene el derecho de ser respetado y considerado.

- **La unidad de lo instructivo, lo educativo y lo desarrollador:** permite sustentar la interrelación dialéctica entre la educación y la instrucción, de ahí que siempre que se educa se instruye y siempre que se instruye se educa y con ambos se logra el desarrollo personal. En esta propuesta se asume el

enfoque histórico cultural, lo que implica la concepción de una enseñanza y un aprendizaje centrado en el desarrollo integral de la personalidad del niño, por cuanto ellos mismos asimilan lo aprendido, lo hacen propio y cuando el aprendizaje tiene significado para la persona, se integra a ella, por lo tanto, no se olvida y puede aplicarse en la vida diaria.

- **La unidad entre lo afectivo y lo cognitivo:** el sistema de actividades recreativas ha propiciado desarrollar en los niños la creación de situaciones en las que da oportunidades para el crecimiento personal y grupal, no sólo del tipo intelectual y conductual sino, además, afectivo y moral. La unidad entre lo afectivo y lo cognitivo constituye un fundamento psicológico que expresa la conformación y funcionamiento del hombre como personalidad, sin desligarlo de su inserción en el macro y en el correspondiente micro-medio social, desempeñando un importante papel.

Además de cumplir con determinados **Requisitos:**

- Las actividades no son impuestas.
- Deben ser seleccionadas según criterios de sus gustos, preferencias, necesidades e intereses de los practicantes.
- Se realizarán en su tiempo libre.
- Se tendrá en cuenta el desarrollo psicológico e intelectual de los practicantes.
- Debe ser variada la propuesta.
- Lo importante no es ofertar sino recrear.

Indicaciones metodológicas generales

- Lograr el protagonismo por parte de los niños, logrando que se sientan bien, aún modificando las actividades a su propio gusto.
- Impartir la actividad al menos frecuencia tres semanal, pudiendo existir flexibilidad en los horarios.
- Convenir actividades en conjunto con la escuela e insertar a los padres y otros factores de la comunidad.
- Las actividades deben tener una intencionalidad tanto instructiva como educativa.
- Utilización adecuada de los medios auxiliares durante la actividad.

- Fomentar valores éticos, estéticos y morales en aras de lograr una educación integral de los niños.
- El tiempo de cumplimiento puede ser modificado respondiendo a las condiciones objetivas, así como las necesidades recreativas de los niños.
- Ofrecerle a los promotores un documento que contenga las regulaciones fundamentales que rigen el trabajo de la masividad en los centros deportivos.
- Fomentar el trabajo con los activistas mediante el desarrollo de la propia actividad.

3.3 Estructura del plan de actividades físico-recreativas. “Mi alegre montaña”.

No.	Actividad	Lugar	Sesión	Frecuencia	Responsable
1.	Festivales deportivo recreativos	Circunscripciones 158 y 60	Mañana Tarde	Semanal Viernes a domingo	Profesores de recreación
2.	Programas a jugar	Instalaciones de las escuelas	Mañana	Semanal Sábado y domingo	Profesores de recreación
3.	Competencias de ciclismo con bicicletas tradicionales	carretera de la comunidad	Tarde	Mensual Jueves a Domingo	Profesores de cultura física y recreación
4.	Acampadas	Entorno de la Circunscripción	Todo el día	Mensual Viernes a sábado	Profesores de cultura física y recreación
5.	Actividades de excursionismo	Sitios naturales a campo traviesa	Tarde	Viernes a domingo	Profesor de Recreación
6.	Festivales de baile-terapia	Sala de video	Noche	todos los sábados	Profesores de cultura física y recreación
7.	Festivales deportivos	Áreas de la comunidad	Mañana Tarde	Quincenal	Profesores de Recreación deportivos
8.	Festivales de atletismo	Áreas de la comunidad	Mañana	Quincenal	Profesores de recreación y entrenadores deportivos
9.	Práctica de Taichis	Áreas de la comunidad	Mañana	Días alternos	Profesores de recreación y entrenador de kárate

PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO-RECREATIVAS “ MI ALEGRE MONTAÑA ”

- 1-Planes de la calle.**
- 2-Competencias de bicicletas.**
- 3-Acampadas.**
- 4-Competencias entre comunidades.**
- 5-Competencias de béisbol.**
- 6-Competencias de ajedrez.**
- 7-Simultáneas de ajedrez.**
- 8- Festivales deportivos recreativos.**
- 9-Actividades culturales bailables.**
- 10-Competencias de atletismo.**
- 11-Programa a jugar.**
- 12-Campismo y caminatas.**
- 13-Competencia de dominó.**
- 14-Torneos de damas, parchís y ajedrez.**

A continuación se describen cada una de las actividades propuestas dentro del plan:

Plan de actividades físico-recreativas

1-Festivales Recreativos:

Objetivo: Aumentar la masividad recreativa, deportiva y mejorar el nivel físico de los niños.

Regularidades: Incluyen actividades donde se apliquen juegos de mesa, **ejemplo:** dominó tradicional, ajedrez, juegos con barajas, parchís, dama (española). Todas poseen reglamento.

Método utilizado: Standard estrictamente reglamentado por actividades.

Frecuencia: Todas las semanas, viernes a domingo.

Responsables: Profesores de recreación.

Horarios: 9:00am-11:00am y 4:00pm-6:00pm.

Forma de organización: Equipos de **4** integrantes y parejas, siendo premiados los **3** primeros lugares. Además, se incluyen competencias con otras comunidades representadas por **3** equipos cada una.

a- Competencias de Dominó tradicional a **100** tantos.

b- Competencias de Dama Española: Jugar **5** partidos, ganar **3** juegos.

c- Competencias de Parchís: Jugar **5** partidos, ganar **3** juegos.

d- Simultáneas de Ajedrez, ejecutada por entrenadores de ajedrez o profesionales.

e- Competencias de carreras de pistas y señales, distancia 1 Km., ejecutada en parejas o por equipos de **4 a 6** integrantes.

g- Competencias de nudos. Ganará el que lo realice mejor en 2 minutos.

h- Subir el palo encebado dentro de la comunidad. Ganará el que llegue a más altura.

i- Tiro al blanco: enlazar las botellas.

Lugar: Los juegos de mesa se harán en el círculo social campesino o en las aulas primarias pertenecientes a las circunscripciones 158 y 60.

Responsable: Profesores de recreación.

2-Programas a jugar:

Objetivo: Promover el desarrollo de valores y el desarrollo físico al participar en las actividades.

Se utilizarán cestos de mini-baloncesto.

Relación de eventos de juegos competitivos predeportivos de:

1- Juegos de baloncesto, ejemplo: **3X3** metros a **15** tantos, se jugará con un solo aro con **4** jugadores.

2- Juegos de Voleibol en terrenos pequeños, de **6x6** metros, **4** jugadores a **15** tantos, vale todo.

a- Juegos solo con recibo por debajo, en terrenos pequeños de **6x6** metros, con **4** jugadores.

b- Juegos solo con voleo por arriba, en terrenos pequeños de **6x6** metros, con **6 o 4** jugadores.

3- Juegos de mini fútbol: en terrenos de **5x5** metros, con equipos de 5 jugadores, se jugará a **2** tiempos de **15** minutos.

Lugar: instalaciones de las escuelas.

Horario: 9:00am-11:00am, días, sábado y domingo.

Responsable: Profesores de recreación.

3-Competencias de ciclismo con bicicletas tradicionales:

Objetivo: promover el desarrollo físico al ejecutar la actividad.

Método: Standard variado.

Regularidades: se ejecutarán por sexos separados.

1- Carreras de bicicletas **28** a distancias de **400** metros.

2-Carreras de bicicletas 26 a distancia de un **1km**.

3-Carreras de bicicletas 26 montañosas, a distancia de **1km**

Lugar de ejecución: Coordinando con la PNR, carretera de la comunidad.

Frecuencia: Jueves a Domingo, una vez al mes.

Horario: 2:00pm-6:00 pm.

Responsables: Profesores de cultura física y recreación.

4-Acampadas:

Objetivo: Promover el desarrollo de los valores, el amor a la naturaleza y el desarrollo físico, al participar concientemente en dichas actividades.

a-Eventos de carreras de orientación recreativa: Método competitivo.

1-Carreras de orientación por parejas.

2-Carreras de orientación por equipos.

3-Carreras de orientación entre 2 equipos de diferentes comunidades.

4-Competencias de carreras de pistas y señales, ejecutadas en parejas o por equipos.

5-Competencias de nudos. Ganará el que lo realice mejor en 2 minutos.

Lugar: Entorno de la Circunscripción.

Frecuencia: Mensual Viernes a sábado.

Responsables: Profesores de cultura física y recreación

5-Actividades de excursionismo

Distancia: 1 Km., distancia de todos los eventos referidos.

Frecuencia: Viernes a domingo. **Horario:** 2:00pm-6:00pm.

Responsables: Profesores de cultura física y recreación.

Regularidades: Se ejecutarán competencias varios fines de semanas, donde se enfrentarán durante 3 semanas, agrupados en equipos de **4** jugadores, premiándose los **3** ganadores de dichos eventos.

Lugar de ejecución: Sitios naturales a campo traviesa.

Responsables: Profesor de Recreación.

6- Festivales de baile-terapia:

Objetivo: Promover la cultura musical en la comunidad.

Regularidades: Competencias de bailes diversos cubanos y de América: Mambo, Merengue, Salsa, Cumbia; en horarios del día y la noche, de ser posibles, en la comunidad.

Formas de organización: Individual, por parejas, tríos, cuartetos.

Método: Competitivo.

Frecuencia: Sábados.

Horario: Nocturno de 8:00pm-11:30 pm.

Responsables: Profesores de cultura física y recreación.

Lugar: Sala de video.

7-Festivales deportivos: Para motivar la camaradería entre niños, en las edades de 8 a 10 años, además de mejorar el desarrollo físico.

Estas actividades llevan reglamento propio de los deportes.

Objetivo: Promover el nivel físico en los niños.

Actividades previstas, Método Standard estrictamente reglamentado:

1-Competencias locales de Ajedrez, Sistema Robin Robin.

2-Competencias entre comunidades de Ajedrez, individuales, en parejas, por equipo.

3-Competencias de Voleibol locales, equipos de 6 jugadores, pueden ser mixtos.

4-Competencias de Voleibol entre comunidades, condiciones del anterior.

5-Competencias de Baloncesto locales, de ambos sexos.

6-Competencias de Baloncesto entre comunidades, por sexos o mixtos.

7-Competencias de mini-Baloncesto con equipos de 4 jugadores a 3 tiempos de 6 minutos.

9-Competencias locales de Fútbol, 12 participantes a 2 tiempos de 25 minutos.

9-Competencias de Fútbol entre comunidades, 8 participantes, terrenos no oficiales de minifútbol.

10-Competencias locales de Béisbol a 5 inings.

11-Competencias de Béisbol entre comunidades a 5 inings.

Lugar: Áreas de la comunidad. **Horario:** mañana y tarde.

Responsables: Profesores de Recreación, coordinando la actividad con los entrenadores deportivos del centro deportivo "Entronque de Herradura".

Frecuencia: Quincenal.

8-Festivales de atletismo:

Objetivo: promover el desarrollo físico y la práctica del atletismo.

1-Eventos de velocidad. Método Standard, estrictamente reglamentado.

a- Volante. Distancia: según categorías y sexos: Femenino, 30 metros y Masculino, 60 metros.

2-Eventos de lanzamiento, ejemplos:

a-Lanzar pelotas de Béisbol.

b-Lanzar pelotas medicinales, poco peso, sin impulso.

2-Eventos de salto. Método: Competencia.

a-Salto largo sin impulso, se realizarán **3** por competidor y ganará el que alcance mayor distancia.

b- Salto largo con impulso, se realizarán **3** por competidor y ganará el que alcance mayor distancia.

3- Eventos de carreras de medio fondo: Distancia, 800 metros.

Responsables: Profesores de recreación coordinando la actividad con los entrenadores deportivos del centro deportivo “Entronque de Herradura”.

4-Caminatas:

Objetivo: Mejorar el desarrollo físico de los niños a través de actividades de excursionismo, viajes a la playa, acampadas y campismo.

Regularidades: Se realizará los fines de semanas, preferiblemente en el horario de la mañana, a campo travieso. Ganará el que llegue primero, pero siempre con la premisa de que lo importante es llegar a la meta. **Distancia:** 1 Km.

Responsable: Profesores de recreación y entrenadores deportivos.

9-Práctica de Taichis: utilizando ejercicios respiratorios.

Objetivo: Promover el desarrollo físico mental de los practicantes.

Regularidades: Se realizará en el horario de la mañana durante 15 minutos.

Responsable: Profesores de recreación coordinando la actividad con los profesores de kárate.

3.4. Consulta crítica a especialistas.

Se realizó a compañeros con una vasta experiencia vinculados a la recreación en el municipio, considerando aquellos que sean graduados de nivel superior, tengan más de 15 años de experiencia en la recreación, hayan tenido cargos u ostenten actualmente alguna categoría docente o científica, con una labor investigativa satisfactoria, participando en eventos científicos. El mismo permitió obtener información acerca del Plan de Actividades Físico-

Recreativas para incrementar la masificación por la práctica actividades físico-recreativas en la ocupación del tiempo libre, de los niños 8 a 10 años, pertenecientes a las Circunscripciones 158 y 60, ubicadas en el Plan Turquino, pertenecientes al Consejo Popular Entronque de Herradura, para que aportaran ideas, valoraciones, vivencias, sugerencias, debilidades y fortalezas del mismo, acerca de la futura puesta en práctica de nuestra propuesta, fundamentada en tres aspectos fundamentales:

Efectos: Resultados de una acción que produce una serie de consecuencias en cadena, las que pueden ser buenas o malas, tener consecuencias favorables o desfavorables, obtenerse los resultados previstos o tener efectos contraproducentes.

Aplicabilidad: Los resultados pueden ser satisfactorios, aplicables y tener modificaciones.

Relevancia: Importancia, significación en la esfera donde se investiga, novedad teórico y práctica que representa la futura aplicación del resultado que se valora.

3.5- Valoración de los resultados de la propuesta de actividades aplicadas a los niños, luego de la implementación de la propuesta del plan de actividades físico-recreativas en el plan Turquino, del Consejo Popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

En la segunda **observación** a partir de la implementación del Plan de Actividades Físico-Recreativas se pudo constatar que existe variedad en el mismo, en cuanto a la diversidad de ofertas, horarios, lugar y divulgación. Ya que las actividades están interrelacionadas entre sí, teniendo en cuenta el presupuesto de tiempo libre como factor determinante en dicho plan para lograr la utilidad y nivel de aceptación en los niños, como se muestra en la siguiente tabla:

Indicador	Primera observación	Segunda observación	Probabilidad	Nivel de significación
Nivel de aceptación De los niños	45 %	77 .%	0,06	Hay diferencias significativas

Donde se aplicaron los métodos estadísticos de probabilidad y nivel de significación obteniéndose la dócima de proporción 0,06 establecido.

Se pudo constatar en la **encuesta**, luego de la aplicación del plan de actividades físico-recreativas, que el nivel de aceptación por los niños se comporto al **77%** del plan real de respuestas positivas, por lo que se infiere el carácter positivo de su utilidad, como se presenta en la siguiente tabla:

Actividades encuestadas	Selección-17			
	si	%	no	%
1-Planes de la calle.	13	76	4	24
2-Campismo y caminatas.	12	71	5	29
3-Competencia de dominó.	13	76	4	24
4-Torneos damas, parchís y ajedrez.	14	82	3	18
5-Actividades bailables.	14	82	3	18
6-Maratones.	8	47	9	53
7-Festivales físicos recreativos.	16	94	1	6
8-Juegos de mesa.	15	88	2	12
Plan	136		136	
Real	105	77	31	23

La valoración de los **informantes claves** (Anexo 17) con relación a la aplicación del plan de actividades físico- recreativas en dicha comunidad, arrojó que los mismos opinan favorablemente en relación al plan, si se tiene en

cuenta el apoyo y la aceptación que tuvo en la comunidad, destacándose la aceptación por los niños de 8 a 10 años; valorándose la posibilidad de que estas puedan ser aplicadas a otros Consejos Populares con características similares.

Análisis de los resultados de la valoración crítica a especialistas.

Dentro de la metodología de la investigación tuvimos en cuenta el instrumento investigativo “Valoración crítica a especialistas”, por la gran significación para la elaboración y fortalecimiento del plan de actividades físico- recreativas, mostrando una vasta experiencia en la recreación.

Podemos decir que la misma se mostró a 6 especialistas que su trabajo guarda relación con la recreación (1 Jefe de Departamento municipal, 3 metodólogos, director y subdirector del centro deportivo, los cuales poseen categoría docente y científica: 4 máster, 2 asistentes, que han participado en varios eventos científicos.

De forma general los mismos hacen sus valoraciones y dan criterios acerca de dicho plan de actividades físico-recreativas, planteando que, por su contenido, puede ser aplicada en su totalidad para el objetivo que se propone, aunque puede ser modificada o variada según las propias características de los niños y la comunidad en la cual se pretenda poner en práctica. En cuanto a la viabilidad plantean que puede estar dada por las condiciones o potencialidades de la comunidad, aunque por las características que distinguen este plan, son viables para cualquier comunidad. Además, plantean que dicho plan, no solo se deben llevar a cabo por los promotores de recreación, sino también pueden ser utilizadas por los profesores de educación física en el horario de masividad en las escuelas. Se debe tener presente que el objetivo fundamental es el nivel de satisfacción espiritual, bienestar social y con un elevado nivel de calidad de vida.

Por otra parte, sugieren que dicho plan no solo mejorará las capacidades física y sus habilidades sino que favorecen el desarrollo de estos niños en la comunidad, fomentando valores éticos, estéticos, morales y, a su vez, los prepara para la vida, que no es más que prepararlos con el fin de ser más útil a la sociedad. Proponen hacer extensivo dicho plan ya que consideran que la misma debe tener gran nivel de aceptación, además significa una opción tanto

física como espiritual para que nuestros niños ocupen su tiempo libre de la forma más creativa y sana en la comunidad.

Considerando que este plan actividades físico-recreativas necesitan del apoyo de otros componentes:

- a-** Es necesario tener un apoyo de otros organismos para lograr un buen desarrollo de esta propuesta, estableciendo calendarios de ejecución.
- b-** Diseño de propagandas de información de las actividades.
- c-** Entrevistas y debates con la participación de glorias deportivas y atletas retirados, trabajar con los corresponsales deportivos y las peñas deportivas.

Conclusiones parciales capítulo-3

- 1-** El plan de actividades físico- recreativas que se propone se confeccionó tomando como referencias las observaciones realizadas a las actividades durante el proceso de implementación.
- 2-** La selección del plan de actividades partió de los gustos, preferencias, necesidades e intereses de los niños.
- 3-** La aplicación del plan confeccionado dio respuesta al problema científico.

Conclusiones

1. El análisis de los fundamentos teóricos y metodológicos permitió profundizar sobre la ocupación del tiempo libre en el proceso de recreación comunitaria en Cuba, destacándose la importancia que para ello tiene la práctica de actividades físico-recreativas, especialmente las de carácter formativo, partiendo de los componentes escuela-familia-comunidad.
2. El diagnóstico aplicado en un estado inicial a los niños en edades de 8 a 10 años, de ambos sexos, pertenecientes a las circunscripciones 158 y 60 Consejo Popular Plan Turquino del municipio Consolación del Sur, permitió constatar que el tiempo libre durante la semana no es ocupado de forma adecuada para incidir favorablemente en la formación integral de los mismos.
3. El plan de actividades físico-recreativas elaborado para los niños en las edades de 8 a 10 años de ambos sexos pertenecientes a las Circunscripciones 158 y 60 Consejo Popular Plan Turquino del municipio Consolación del Sur, parte de los gustos, necesidades y preferencias recreativas de los mismos.
- 4- La valoración del plan de actividades físico-recreativas es considerada de forma positiva para mejorar la ocupación del tiempo libre de los niños en las edades de 8 a 10 años pertenecientes al Plan Turquino del consejo popular Entronque de Herradura, municipio Consolación del Sur.

Recomendaciones

1. Continuar enriqueciendo la propuesta del plan de actividades que contribuyen a ocupar el tiempo libre en los niños de 8 a 10 años del Plan Turquino del municipio Consolación del Sur.
2. Generalizar, en otros consejos populares del municipio, el plan de actividades, lo que ayudará al desarrollo del proceso de recreación comunitaria para las nuevas generaciones.

Bibliografía

1. Aisanuk, L. (2000). Gestión de tiempo libre. Barcelona: INDE.
2. Ander-Egg, E, (1989). La animación y los animadores. Editorial Narcea, Madrid.
3. Arnold, A. (1986). Como jugar con su hijo. Editorial Kapeluz. Buenos Aires.
4. Bally, G. (1986). El Juego como expresión de libertad. Editorial. Fondo de Cultura de Económica, México.
- 5-Álvarez Rodríguez Yoel (2009) tesis de maestría comunitaria P. del Río.
- 6-Bengtsson, A. (1992) El juego algo más que Educación Física. Comisión Nacional del Deporte. Ciudad de México.
- 7- Brancher, H. (1977) Recreación. Rusell Sage Foundation. New York.
- 8-Blázquez, D. (1991)"La investigación acción y Técnicas de investigación cualitativa. Barcelona INEF.
- 8-Boullón, R. (1983) Las actividades turísticas y recreacionales. Editorial. Trillas, México.
- 9-Butler, G. (1963). Principios y métodos de Recreación para la comunidad . Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.
- 10-Cajigal, J. M. (1987). Cultura Física y Cultura Intelectual. Editorial. Kapeluz. Buenos Aires.
- 11-Camerino Foguet, O. Y Cartañer Balcells, M. (1991). 1001. juegos de recreación. Editorial Paidotribo, Barcelona.
- 12-Cervantes, J. L. (1992). Programación de Actividades Recreativas. Editorial Mugía y Hnos., México.
- 13-Col deportes, Funlibre, Colectivo de autores (2003) "Plan Nacional de Recreación" (Bogotá, Colombia).
- 14-Colls Pino José Antonio (2010) tesis de maestría comunitaria P. del Río.
- 15-Contreras, O. (1993). "Formas de organización y Estilos de Enseñanza" En AA.VV: a Educación Física y su didáctica" Madrid. Publicaciones I.C.C.E.
- 16-Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Editorial. Universidad de Deusto.
- 17-Cutrerá, J. C. (1987).Técnicas de Recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
- 18-Danfor, H. (1966). Planes de Recreación para la comunidad moderna. Editorial. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
- 19-Davis, M. (1971) Teoría de Juego. Editorial. Alianza. Madrid.

- 20-Fraile Aranda, A. (1995) "La investigación – acción, instrumento de formación para el profesorado de educación física" en Apuntes No. 42, Barcelona.
- 21-Francia, A. Y Martínez, O. (1999). Educar en valores con juegos y dinámicas. Editorial San Pablo, Madrid.
- 22-Ferry, H. (1982). El trabajo en grupo. Editorial. Piados, Buenos Aires.
- 23-Flosdorf y Rieder. (1975). Deportes y juegos en grupos. Editorial. Kopeluz, Buenos Aires.
- 24-Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital Educación Física y Deportes.
- 25-Fungerman, K. (1983). El juego y sus proyecciones sociales, Editorial. Fondo de Cultura Económica, México.
- 26-Gabuelson, A. Y C. Holtzer. (1971). Educación al aire libre. Editorial. Troquel, Buenos Aires.
- 27-García Montes, María Elena. (1996). Planificación de actividades para el recreo y el ocio (apuntes de la asignatura). Granada (inédito).
- 28-García Montes, María Elena, A. Irene Hernández Rodríguez (2003). Didáctica de las actividades físico-recreativas para el tiempo libre y el ocio. La Habana, Editorial Deportes.
- 29-García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los Estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En Investigaciones científicas de la demanda en Cuba. La Habana, Editorial Orbe.
- 30-Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Editorial Popular.
- 31-Gutiérrez, R. (1997). El juego como elemento educativo. Editorial CCS. Madrid.
- 32-Hernández Mendoza, A. (2000). Psicosociología de la evaluación de programas de actividad física: el uso de indicadores. Revista Digital educación física y deportes (ARG). 5 (18): 1-15, Febrero. (Consulta: 22 diciembre 2002).
- 33-Hernández Vázquez, M. y Gallardo I. (1994). "Marco conceptual: las actividades deportivo-recreativas:" En Apuntes de educación Física. 37: 58-67 Barcelona. INEFC.
- 34-Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
- 35-Lares. A. (1968). Recreación del Tiempo Libre. Venezuela Departamento. Extensión Cultural. División de Recreación dirigida al Consejo Venezolano del niño.

- 36-López Andrada, B. (1982). Tiempo libre y educación. Madrid. Escuela española.
- 37-Martínez del Castillo, J. (1985). Apuntes oposiciones de b.u.p. y f.p. año 1985. Tema 49: "el concepto de recreación física en el contexto educativo escolar. Tiempo libre y ejercicio físico".
- 38-Martínez del Castillo, j. (1986). "actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas POLÍTICAS" En Apuntes de Educación Física. 4: 9-17 Barcelona. INEFC.
- 39-Martínez Gómez, M. (1995). "Educación del ocio y el tiempo libre con actividades físicas alternativas". Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
- 40- Marx, K. (1966) "Contribución a la crítica a la Economía Política". Editora Política, La Habana.
- 41- Memorias Dimensión Social del Deporte y la Recreación Públicos: Un enfoque de derechos. Instituto de Deportes y Recreación INDER Medellín. Medellín, 12 y 13 de Mayo.
- 42-Moreira, R (1977). La Recreación un fenómeno socio-cultural. Impresora José A. Huelga. La Habana, Cuba.
- 43-Oliveras, R. (1996) "El planeamiento comunitario. Metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
- 44-Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. Funlibre, Colombia.
- 45-Papis, O. 1999. el deporte y la recreación del siglo XXI. Revista Digital de Educación Física y Deportes (Arg.) 4 (13), 1-4, Marzo. (Consulta: 29 enero 2003).
- 47-Pastor Pradillo, j. I. (1979). "Importancia y valoración de la educación física y de los deportes en la recreación" (Congreso I.C.H.P.E.R., Kiel, del 23 al 28 de Julio de 1979). Revista Deporte 2000, Diciembre, no 114: 79-81.
- 48-Pedro, F. (1984). Ocio y tiempo libre, ¿para qué? Barcelona: Humanitas.
- 49-Pérez Rodríguez, Gastón y col. (1996). Metodología de la investigación educacional. Primera Parte. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
- 50-Pérez Sánchez, Aldo (2002). Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V congreso de Latinoamérica de tiempo libre y recreación.

51-Pérez Sánchez, Aldo. (2005). Recreación. Fundamento teórico metodológicos. Capítulo I.

52-Pérez, G. (1988). El ocio y el tiempo libre: ámbitos privilegiados de educación. En: Comunidad Educativa, mayo, 6-9.

ANEXOS

Anexo #1. Caracterización del Centro Deportivo Entronque de Herradura; Fuerza técnica.

composición	Total	Experiencia promedio	Lic.	MSc
Director	1	15 años	x	
Administrador	1	22 años	x	
Subdirector: Deportivo	1	10 años	x	
Subdirector: Cultura Física	1	6 años	x	
Subdirector: Recreación	1	3 años	x	
Técnicos deportivos	16	10 años	6	
Técnicos de cultura física.	12	6 años	4	
Técnicos de recreación	5	3 años	---	
Profesores de ajedrez	6	6 años	1	
Total	44	9 años	16	

Anexo # 2. Instalaciones que oferta el Centro Deportivo Entronque de Herradura

Instalaciones		total	lugar
1	Terrenos de béisbol	2	Entronque de Herradura, Comunidad; Juan Pérez
4	Terreno de baloncesto, voleibol, minifútbol	1,1,1	Entronque de Herradura
7	Un colchón de judo, un cajón de salto, gimnástico rústico	1,1,1	Entronque de Herradura
Total		8	

Anexo # 3-Implementos que posee el Centro Deportivo Entronque de Herradura.

Implementos deportivos		Cantidad
1-	Guantes de béisbol, Bates de béisbol, pelotas de béisbol	12, 2, 2
4-	Balones de Baloncesto, Voleibol , Fútbol,	6 ,5, 4
10-	Juegos de ajedrez, tableros de ajedrez	7 ,7
8-	Juegos de dominó, dama, parchees,	2,2,2
12-	Raquetas de Bádminton ,Volantes de Bádminton	4, 4 cajas
Total		47

Anexo # 4. Instalaciones que ofertan la escuela primaria -Ceferino Fernández

Circunscripción # 158

Instalaciones		Cantidad
1-	Una cancha rústica de baloncesto, Terreno rústico de fútbol	1 ,1
3-	Pista rústica de atletismo, campo rústico de obstáculos	1 ,1
Total		4

Anexo # 5 Implementos que oferta la escuela primaria- Ceferino Fernández

-Circunscripción# 158. Matricula 12 alumnos, fm-5, masc 7.

Implementos deportivos		Cantidad
1-	Balones de baloncesto, fútbol	2 ,2
2-	Juegos de ajedrez y tableros	3, 3
Total		10

Anexo # 6. Instalaciones que ofertan la escuela primaria Pedro Marrero

Circunscripción # 60

Instalaciones		Cantidad
1	Una cancha de baloncesto, Terreno rústico de fútbol, Béisbol, voleibol	1,1,1,1
7	Pista rústica de atletismo Cajón rústico de salto largo Campo de obstáculo	1,1,1
Total		7

Anexo # 7 Implementos que oferta la escuela primaria Pedro Marrero

Circunscripción # 60. matrícula 9 masculino 2, femenino 7

Implementos deportivos		Cantidad
1-	Balones de baloncesto, fútbol, voleibol	2,2 ,3
4-	Pelotas de béisbol, guantes de béisbol, bates de béisbol	2,8,2
7-	Juegos de ajedrez	3
Total		19

Anexo # 8. Guía de observación estructurada para ser aplicadas en los 17 niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años.

Objetivo: Conocer. Sus criterios respecto a la participación en actividades recreativas, deportivas.

Indicadores controlados por los investigadores

- 1-Juegos deportivos o recreativos que juegan en su tiempo libre.
- 2-Horarios en que participan en estas actividades.
- 3-Medios deportivos y recreativos que poseen.
- 4-Instalaciones o lugares que utilizan en las actividades.
- 5-Diversidad de grupos participantes.
- 6-Dividen la actividad teniendo en cuenta los sexos.
- 7-Existen algún líder en el grupo.
- 8-Definición del presupuesto de tiempo libre.

Anexo # 9. Control de las actividades de preferencia de los 17 niños comprendidos en las edades de 8 a10 años obtenidos al aplicar el método de observación en horario del día. Para confeccionar el presupuesto de tiempo libre.

Actividades-Diurnas	T-17	%	F-10	%	M-7	%	Horarios	Fin de semana
1-Ajedrez	4	24	1	0.05	3	18	9a.m.-12 m	S y D
2-Dominó	12	71	5	29	7	41	9 a.m. -6pm	S y D
3-Dama	3	18	2	12	3	18	9 a.m.- 6pm	S y D
4-Empinan papalotes	7	41	2	12	5	29	5 pm -7pm	S y D
5-Fútbol	7	41			7	41	2 a.m.- 6pm	D
6-Béisbol	7	41			7	41	9am ^a 6pm	D
7- Voleibol	12	71	6	35	6	35	2pm ^a 6pm	D
8-Pescan	4	24			4	24	9am ^a 6pm	D
9-Juegan con bolos	7	41			7	41	9am ^a 6pm	D
10-Montan bicicletas	14	82	5	29	9	53	9am ^a 12pm	S y D
Plan:	170		100		70			
Real:	77		21		58			
% de efectividad	45		21		83			

Anexo # 10. Control de las actividades de preferencia de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años obtenidos al aplicar el método de observación en horario nocturno. Para confeccionar el presupuesto de tiempo libre de los 17 niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años.

Actividades Realizadas De Lunes a Domingo		Sexo Masc.	%	Sexo fm	%	Total 17	%	Hora Final
1-Ver el Televisor		7	41	6	35	13	76	8 pm a 12 am
2-Juegan dominó		7	41	5	29	12	71	8 pm a 10 pm
3-Juegan ajedrez		3	18	1	0.06	4	24	8 pm a 11 pm
4-Actividades bailables		6	35	8	47	14	82	8 pm a 11pm
5-Juegan dama española		5	29	2	12	7	41	8 pm a 10 pm
6-Juegan parches		5	29	3	18	8	47	8 pm a 10 pm
7- Cartas-juegos diversos		4		1	0.06	5	29	8 pm a 11 pm
Total 7 actividades	Plan	49		70		119		21 horas
Masc 7, Fm; 10	Real	37	76	26	37	68	57	

Anexo # 11. Control de presupuesto de tiempo libre de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años obtenido al ejecutar las observaciones anteriormente descritas

Actividades globales- 24 horas-		Tiempo promedio	% en 24 horas
1-	Trabajo o estudio	7. 50-	31
2-	Transportación	2.45	10
3-	Necesidades Biofisiológicas	9.36	39
4-	Tareas domésticas	0.43	0.017
5-	Actividades de compromiso social	0.57	0.023
6-	Tiempo libre	3.29	13.7
	Total	24 horas	100

Anexo # 12. Guía de entrevista para los padres de los niños comprendidos en las edades de 8 a 10 años. Total de 34.

Entrevistados- personas informantes claves:

Objetivo: Conocer. Sus criterios respecto a la participación de sus hijos en actividades físico-recreativas.

Demanda de cooperación:

Estimado, amigo: Necesitamos de usted toda su cooperación y apoyo a la hora de emitir valoraciones o puntos de vista acerca del contenido que se está tratando ya que con ello esta contribuyendo al desarrollo del proceso investigativo que se está efectuando.

1-¿Le gusta el deporte o la recreación o ambos?

2-¿Permite a sus hijos practicar deportes o recreación?

3-¿Ha participado alguna vez en estas actividades?

4-¿Conoces si el centro deportivo Entronque de Herradura interviene en la localidad?

5-¿Permites que tú hija se relacione con varones en actividades de tipo recreativo y deportivo?

6-¿Motivas a tus compañeros o camaradas a participar en actividades deportivo-recreativas o te motivan a ti?

7-En caso de no practicar deportes ¿Por qué no lo hace?

Clave de evaluación de la entrevista

Preg-1-ambas:-MB, muy bien Si una sola-B -Bien No algunas veces -R - Regular, Ninguna- M-Mal

Preg-2- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-3- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-4- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-5- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-6- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-7- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Anexo #13. Control de los resultados obtenidos al aplicar la técnica entrevista a los padres de los niños: Comprendidos entre las edades de 8 a 10 años. Total; 34 Total, masculino: 17, femenino: 17

Fecha 5 de marzo del 2010

pg	SI aceptan-17				No aceptan-17				Abstienen-17			
	Fm	%	M	%	Fm	%	M	%	Fm	%	M	%
1	8	47	8	47	4	24	2	12	5	29	7	41
2	5	29	6	35.2	5	29	3	18			8	47
3	7	41	9	53	3	18	3	18	7	41	5	29
4	5	29	6	35.2	5	29			12	71	6	35.2
5	6	35.2	10		5	29			6	35.2	7	41
6	5	29	9	53	9	53	2	12	3	18	6	35.2
7	9	53	9	53	3	18	1	0.06	5	29	7	41
P	119		119		119		119	0.09	119		119	39
R	45	38	57	48	29	24	11		37	31	46	

Anexo # 14. Guía de encuesta: aplicada a los niños de 8 a 10 años.

Demanda: Querido niños:

La encuesta que ponemos a su consideración responde a una investigación sobre la ocupación del tiempo libre que se esta realizando en la localidad, Plan Turquino con el objetivo de conocer las inquietudes de ustedes al respecto, para llevar a cabo la recreación por lo que contamos con su atenta colaboración.

Muchas gracias.

1. De las siguientes actividades recreativas descritas en la tabla # 1 señale con una cruz en cuáles ha participado
2. De las siguientes actividades recreativas descritas en la tabla # 2 señale con una cruz las frecuencias en que se ejecutan en la localidad Plan Turquino
3. ¿En qué medida se siente usted satisfecho con la realización de estas actividades? Marque con una cruz. Tabla # 3
4. Seleccione las actividades físico - recreativas de su preferencia, marque con una cruz. tabla #4
- 5 Valore usted el trabajo de los directivos del consejo popular y del centro deportivo en la comunidad con una cruz como:
Bueno: _____, Regular:____. Malo.____

Anexo # 15

Respuesta pregunta #; 1

Actividades encuestadas	si	%-17	no	%-17
1-Simultáneas de ajedrez-	8	47	9	53
2-Planes de la calle	10	59	7	41
3-Programa a jugar	17	100		
4-Competencias entre comunidades	7	41	10	59
5-Actividades culturales	17	100		
6-Festivales deportivo-recreativos	8	47	9	53
7-Competencias de Bicicleta	17	100		
Plan	119	71	119	29
Real	84		35	

Respuesta Pregunta #2

Frecuencias de ejecución	ocasional		semanal		mensual	
Actividades encuestadas	17	%	17	%	17	%
1-Simultáneas de ajedrez-	13	76	1	6	3	18
2-Planes de la calle	3	18			14	82
3-Programa a jugar	15	88	1	6	1	6
4-Competencias entre comunidades	12	71	3	18	2	12
5-Actividades culturales	15	88	2	12		
6-Festivales deportivo-recreativos	1	6			16	94
7-Competencias de Bicicleta	17	100				
Plan	119	63	11	0.05	11	30
			9		9	
Real	76		7		36	

RESPUESTA PREGUNTA # 3

Actividades propuestas	Aceptan.	%	No aceptan	%
1-Programa a jugar.	6	86	1	14
2-Planes de la calle.	7	100		
3-Competencias entre comunidades	7	100		
4-Festivales deportivos recreativos	5	71	2	29
5-Actividades culturales bailables	6	86	1	14
6-Juegos de mesa.	7	100		
7-competencias de atletismo	5	71	2	29
8-Simultáneas de ajedrez	6	86	1	14
9-Competencias de bicicleta	5	71	2	29
Plan:	63	86	63	14
Real:	54		9	

RESPUESTA PREGUNTA # 4

Opiniones;	satisfecho		No satisfecho		A veces		Nunca	
Actividades encuestados	17	%	17	%	17	%	17	%
1-Simultáneas de ajedrez-	3	18	6	35	4	24	4	24
2-Planes de la calle	13	76	4	24				
3-Programa a jugar	11	65			2	12	4	24
4-Competencias entre comunidades			5	29	12	71		
5-Actividades culturales	13	76	4	24				
6-Festivales deportivo-recreativos	16	94					4	24
7-Competencias de Bicicleta	8	47	5	29			4	24
Plan	119		119		119		119	
Real	64	54	19	16	21	18	13	11

RESPUESTA PREGUNTA # 5

Trabajo de los directivos del consejo popular		
Valoración	Total	%-17
Bueno	8	47
Regular	4	24
Malo	5	29

Trabajo del centro deportivo En el consejo popular		
valoración	total	%-17
Bueno	10	59
Regular:	6	35
Malo	1	6

Anexo # 16- Actividades de cronograma de actividades físico-recreativas ofertada a los niños de la muestra. Seleccione y proponga actividades físico-recreativas.

**Simbología: 1-CPC: competencias entre comunidades, CB-Competencias
bailables B.T.P: Bailo terapia . Total-17. Total –Femenino-10 –masculino; 7**

Actividades	Aceptan	% 17	Fm	% 10	Masc	% 7	Horario	Días
1-Festival Recreativo	17	100	10	100	7	100	4 pm a 6pm	V -D
2-Programa a jugar	13	76	8	80	5	71	8 am a 6pm	S -D
3-Comp: de bicicletas	15	88	9	90	6	86	8am a12pm	S- D
4-Caminatas	9	53	3	30	6	86	2 pm a 6pm	S-D
5-Festivales de B.T.P y bailables	17	100	10	100	7	100	2 pm a 6pm	J-D
6-juegos de mesa	12	71	8	80	4	57	8am a 10am	S -D
7-Acampadas	17	100	10	100	7	100	8ama 12 pm	S-D
8-Festivales deportivos	17	100	10	100	7	100	9am a 12pm	S -D
9-Festivales de atletismo	7	41	5	50	2	29	8 am a 11am	S -D
Plan	153		90		63			
Real	97	63	73	81	51	81		

Anexo # 17. Guía de entrevista a informantes. Consejo Popular Entronque de Herradura y localidad Plan Turquino municipio, Consolación del Sur.

Consejo Popular Entronque de Herradura y localidad Plan Turquino municipio-, Consolación del Sur. Presidente del consejo popular, delegados de las Circunscripciones 158 y 60 (2), presidentes de los 4 CDR, doctor de la posta medica (1).padres de los niños de 8a10 años(34) ,directores de las 2 escuelas primarias de las circunscripciones (2) ,profesor de educación física (1), Presidente de la Asociación de Combatiente de la Revolución y Delegada de la federación de mujeres cubanas . (Total de entrevistados 45 personas.)

Objetivo: Conocer. Sus criterios respecto a la participación de los niños comprendidos en las edades de 8 a10 años en las actividades físico-recreativas.

Demanda de cooperación:

Estimado, amigo: Necesitamos de usted toda su cooperación y apoyo a la hora de emitir valoraciones o puntos de vista acerca del contenido que se está tratando, ya que con ello esta contribuyendo al desarrollo del proceso investigativo que se está efectuando.

1-¿Conoces si el centro deportivo Entronque de Herradura interviene en la localidad?

2-¿Conocen si los niños les gusta practicar deporte?

3-¿Alguna vez han apoyado estas actividades?

4-¿Conocen los criterios de los padres sobre la aplicación de estas actividades?

5-¿Conocen como son las relaciones de los niños de sexos opuestos al participar en actividades deportivas o recreativas?

6-¿En caso de una intervención comunitaria del centro deportivo la apoyarían?

Clave de evaluación de la entrevista

Preg-1-ambas:-MB, muy bien Si una sola-B -Bien No algunas veces -R - Regular, Ninguna- M-Mal

Preg-2- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-3- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-4- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-5- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Preg-6- SI –MB- Algunas veces –B - No-M

Anexo # 18. Control de los resultados obtenidos al aplicar la técnica entrevista.

A los informantes claves: Total de entrevistados 45 personas.- Presidente del consejo popular Entronque de Herradura (1), delegados de las circunscripciones 158 y 60, (2) Presidentes de los 4 CDR (4) y el doctor de la posta medica que atiende las circunscripciones 158 y 60, (1) directores de las 2 escuelas primarias de la localidad (2) ,profesores de educación física (1) , padres de los niños de la muestra total (34).

Preguntas	SI-% Plan-45 x 6		No-% Plan-45 x 6		algunas veces %-Plan-45 x 6	
	T	%	T	%	T	%
1- Interviene en la localidad el centro Deportivo.	14	31	13	29	18	40
2- Los niños les gusta practicar deporte.	25	56	7	16	13	28
3-Alguna vez han apoyado estas actividades.	30	67	6	13	9	20
4- Criterios de los padres sobre la aplicación de estas actividades.	26	58	6	13	2	29
5- como son las relaciones de los niños de sexos opuestos.	29	64	10	22	6	13
6-Apoyarían la intervención comunitaria del centro deportivo	38	84	3	7	4	9
Plan	270		270	17	270	19
Real % de efectividad	162	60	45		52	